

Отзыв

научного руководителя на выпускную квалификационную работу студентки 5-го курса Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина Герасимовой Людмилы Юрьевны на тему
«Совершенствование процесса формирования туристических компетенций бакалавров»

Людмила Юрьевна подготовила выпускную квалификационную работу по актуальной проблематике – оптимизация процесса подготовки бакалавров. Планированию и реализации практических исследований предшествовал литературный обзор, который посвящен вопросам обучения студентов, особенностям развития туризма и ряду иных вопросов.

В рамках написания выпускной квалификационной работы Людмилой Юрьевной велась совместная деятельность с преподавателем дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта (туризм)». Результатом деятельности, и это следует отметить особо, являются методические рекомендации по указанной дисциплине, опубликованные в 2013 году и включенные в УМКД.

Все заявленные в работе задачи решены, вызывают интерес проведенные ЛЮ. Герасимовой исследования по выявлению уровня туристических знаний и навыков туристов-любителей (в том числе спортсменов-единоборцев), проведенные в том числе в красноярском заповеднике «Столбы».

Выпускная квалификационная работа студентки 5-го курса Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина Герасимовой Людмилы Юрьевны на тему «Совершенствование процесса формирования туристических компетенций бакалавров» является законченным исследованием, соответствует требованиям, предъявляемым к выпускным квалификационным работам по специальности 032101.65 – Физическая культура и спорт, заслуживает положительной оценки и рекомендована к защите.

Научный руководитель:
кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории и методики



О.Б. Завьялова

РЕЦЕНЗИЯ

на выпускную квалификационную работу студентки 5 курса
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина
ФГБОУ ВПО «Красноярский государственный
педагогический университет им. В.П. Астафьева»

ГЕРАСИМОВОЙ ЛЮДМИЛЫ ЮРЬЕВНЫ

«СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОЦЕССА ФОРМИРОВАНИЯ ТУРИСТИЧЕСКИХ КОМПЕТЕНЦИЙ БАКАЛАВРОВ»

Туризм – прекрасное средство, которое естественным путем удовлетворяет потребности человека в двигательной деятельности. Туризм – составная часть здравоохранения, физической культуры, средство духовного, культурного и социального развития личности. Он позволяет осуществить знакомство с природой родного края, посетить экскурсионные объекты, поддерживать спортивную форму и повышать жизненный тонус. При этом туризм является одним из наиболее эффективных и доступных средств физического воспитания и оздоровления всех возрастных и социальных групп населения. В связи с вышесказанным актуальность рецензируемой работы не вызывает сомнений.

Герасимовой Л.Ю. были проведены следующие мероприятия по формированию туристических знаний бакалавров: проведен анализ научно-методической литературы, выявлен уровень знаний студентов о туристических походах путем проведения анкетирования, исследованы причины посещения заповедника «Столбы» Красноярского края, разработаны методические рекомендации к проведению занятий по туризму в Институте физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина — разработаны фрагменты занятий, которые были включены в учебный процесс. После проведения эксперимента уровень знаний у студентов повысился.

Вместе с тем, необходимо отметить, что работа не лишена недостатка: раздел 1.5. «Проговаривание как метод освоения информации» никоим образом не представлен в исследовательской части выпускной работы, непонятно, какое отношение он имеет к туризму.

Однако указанный недостаток никак не снижает ценность рассматриваемой работы, а, скорее наоборот, расширяет границы возможностей дальнейших исследований в данной области.

Выпускная квалификационная работа Герасимовой Людмилы Юрьевны на тему «Совершенствование процесса формирования туристических компетенций бакалавров» отвечает требованиям, предъявляемым к выпускной квалификационной работе, и заслуживает оценки «отлично».

Рецензент:
кандидат педагогических наук,
доцент



Е.Д. Чупрова

Уважаемый пользователь! Обращаем ваше внимание, что система Антиплагиат отвечает на вопрос, является ли тот или иной фрагмент текста заимствованным или нет. Ответ на вопрос, является ли заимствованный фрагмент именно плагиатом, а не законной цитатой, система оставляет на ваше усмотрение.

Отчет о проверке № 1

ФИО: Завьялова Ольга Борисовна
 дата загрузки: 19.10.2015 11:14:54
 пользователь: zavvalova@kspu.ru / ID: 1362046
 отчет предоставлен сервисом «Анти-Плагиат»
 на сайте <http://www.antiplagiat.ru>

Информация о документе

№ документа: 57
 Имя исходного файла: 04-Герасинова.doc
 Размер текста: 8526 кБ
 Тип документа: Не указано
 Символов в тексте: 112590
 Слов в тексте: 13996
 Число предложений: 823



Информация об отчете

Дата: Отчет от 19.10.2015 11:14:55 - Последний проверенный отчет
 Комментарий: не указано
 Оценка оригинальности: 61.3%
 Заимствования: 38.41%
 Цитирование: 0.29%

Оригинальность: 61.3%
 Заимствования: 38.41%
 Цитирование: 0.29%

Источники

Доля в тексте	Источник	Ссылка	Дата	Найдено в
10.65%	[1] Пропанганда здорового образа жизни средствами спортивного туризма. Диплом. Читать текст online -	http://bibliofond.ru	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
10.29%	[2] Развитие спортивного туризма в Красноярском крае	http://revolution.allbest.ru	05.03.2015	Модуль поиска Интернет
10.29%	[3] Анализ спортивных походов на основании информации деятельности федерации спортивного туризма	http://knowledge.allbest.ru	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
10.29%	[4] Скачать/bestref-104579.doc	http://bestreferat.ru	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
6.99%	[5] Особенности организации и проведения спортивных мероприятий	http://otherreferats.allbest.ru	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
3.96%	[6] История развития легкой атлетики в Губкине	http://knowledge.allbest.ru	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
2.63%	[7] не указано	http://rui.chinahroadcast.cn	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
2.43%	[8] ПОДГОТОВКА ГРУППЫ К ПОХОДУ - Методические рекомендации Центральный совет по туризму и экскурсиям Управление самодеятельного...	http://litoy.ru	07.07.2013	Модуль поиска Интернет
1.93%	[9] Унеем ли мы отдохнуть	http://bankreferatov.ru	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
1.78%	[10] Какую роль играет спорт в жизни человека?	http://knu.znate.ru	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
1.51%	[11] Образ студенческой молодежи современной России	http://mosgu.ru	25.12.2014	Модуль поиска Интернет
1.34%	[12] Спортивные организации и проведение соревнований	http://knowledge.allbest.ru	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
1.19%	[13] Учебник инемотехники	http://lib.rus.ec	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
1.1%	[14] Барчукова Г. Настольный теннис - 1.doc	http://studmed.ru	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
1.01%	[15] Волейбол как средство физического воспитания студентов специального учебного отделения вуза	http://na-5.com	05.02.2013	Модуль поиска Интернет
0.92%	[16] Речевая ритмика	http://distedu.ru	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
0.91%	[17] ГанопольскийВ.И. Туризм и спортивное ориентирование/Туризм и спортивное ориентирование Ганопольский.doc	http://brsu.by	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет
0.79%	[18] Концепция деятельности тамбовского государственного университета имени Г. Р. Державина по оздоровлению учащейся молодежи и сотрудников на период до 2020 года	http://dop.uchebalegko.ru	раньше 2011 года	Модуль поиска Интернет

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования

**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
имени В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)**

Институт физической культуры, спорта и здоровья имени им. И.С.Ярыгина
Кафедра теории и методики борьбы
Специальность 032101.65 – физическая культура и спорт

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой теории и методики борьбы

 Д.Г. Миндиашвили

«06» 05 2015 г.

Выпускная квалификационная работа

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОЦЕССА ФОРМИРОВАНИЯ
ТУРИСТИЧЕСКИХ КОМПЕТЕНЦИЙ БАКАЛАВРОВ**

Выполнил студент группы

53

Л.Ю. Герасимова

 27.04.15
подпись, дата

Форма обучения

очная

Научный руководитель:
к.п.н., доцент О.Б. Завьялова

 30.04.15
подпись, дата

Рецензент:
к.п.н., доцент Е.Д. Пуурман

 04.06.15
подпись, дата

Дата защиты 09.06.2015

Оценка отлично

Красноярск
2015

ОГЛАВЛЕНИЕ

	стр.
ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. РАЗВИТИЕ ТУРИЗМА И ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ.....	5
1.1. История туризма как часть спорта	6
1.2. Особенности организации спортивных соревнований, спортивных игр	17
1.3. Спортивно-оздоровительное воспитание и образование студентов	26
1.4. Туризм как средство сохранения и укрепления здоровья, оздоровление и организация походов	29
1.5. Проговаривание как метод освоения информации	36
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ.....	39
2.1. Организация исследований.....	39
2.2. Методы исследований	40
ГЛАВА 3. ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ БАКАЛАВРОВ ТУРИЗМУ	41
3.1. Выявление уровня знаний о туристических походах у представителей различных видов единоборств.....	41
3.2. Поход в заповедник «Столбы» как вид туристической деятельности.....	48
3.3. Формирование ключевых знаний студентов в рамках освоения учебной дисциплины «Туризм».....	58
ВЫВОДЫ.....	81
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	82
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	83

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность: Туризм является одним из наиболее эффективных и доступных средств физического воспитания и оздоровления всех возрастных и социальных групп населения. Данный вид физкультурно-спортивной деятельности создает наиболее благоприятные условия для приобретения жизненно-важных и природоохранных умений, навыков и формирования личности человека в целом. Кроме того, туризм является уникальным средством экологического образования и воспитания, что очень актуально в условиях глобального экологического кризиса. Знания и умения, получаемые студентами при освоении дисциплины «туризм» либо знаний и навыков в области туризма в рамках других дисциплин являются важной составляющей в подготовке специалистов в области физической культуры и спорта.

Объект исследования: образовательный процесс бакалавров по направлению «физическая культура».

Предмет исследования: процесс формирования туристических компетенций бакалавров.

Цель: разработать и экспериментально обосновать методы совершенствования процесса формирования туристических знаний и навыков бакалавров.

Задачи:

1. Провести анализ литературных источников.
2. Выявить уровень туристических знаний и навыков туристов-любителей посредством анкетирования.
3. Выявить уровень туристических знаний и навыков туристов-любителей (в том числе спортсменов-единоборцев) посредством наблюдения.
4. Разработать и внедрить в учебный процесс фрагменты теоретических и практических занятий.

5. Выявить эффективность применения разработанных нами методов совершенствования процесса формирования туристических знаний и навыков бакалавров.

Гипотеза исследования: мы предположили, что внедрение в учебно-тренировочный процесс студентов разработанной нами программы и методических рекомендаций позволит повысить эффективность освоения туризма как учебной дисциплины.

Научная новизна: разработаны фрагменты УМК по дисциплине теория и методика обучения базовым видам спорта «туризм».

Практическая значимость: разработаны методические рекомендации, которые внедрены в образовательный процесс бакалавров по направлению физическая культура.

Структура выпускной квалификационной работы: работа состоит из введения, трех глав, выводов, практических рекомендаций и библиографического списка. Работа содержит 8 рисунков, 4 таблицы, библиографический список представлен 70 работами.

ГЛАВА 1. РАЗВИТИЕ ТУРИЗМА И ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

По теме «Совершенствование процесса формирования туристических знаний и навыков бакалавров» мы рассмотрели 70 источников. Исследованные нами источники мы разделили на 7 разделов. Количество источников представлено на рисунке 1.

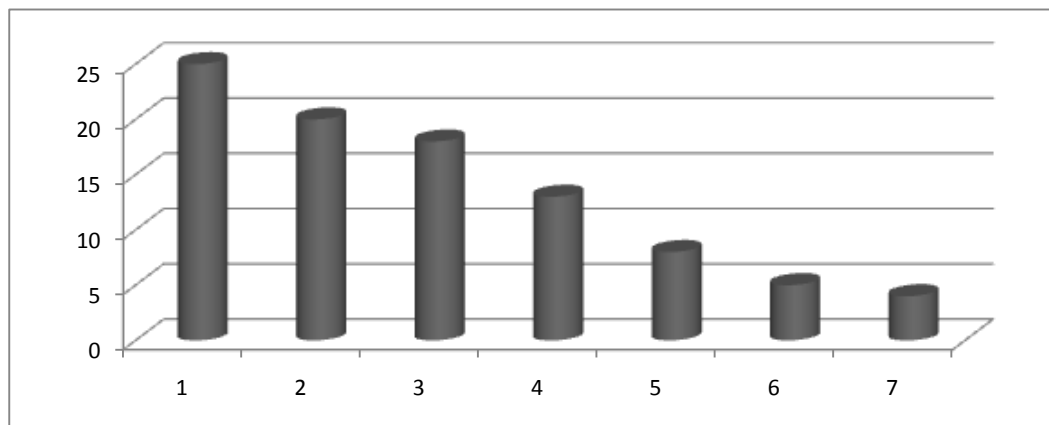


Рис. 1. Распределение литературных источников по теме «Туризм и организация спортивных мероприятий»: 1 – Туризм как средство сохранения и укрепления здоровья, оздоровление и организация походов. 2 – Спортивно–оздоровительное воспитание и образование студентов. 3 – Особенности организации спортивных соревнований, спортивные игры. 4 – История спорта. 5 – Методы исследования. 6 – Теория и методика физического воспитания. 7 – Проговаривание.

Наибольшее количество литературы найдено по вопросу «Туризм как средство сохранения и укрепления здоровья, оздоровление и организация походов» – 25 литературных источников.

Чуть меньше по вопросу «Спортивно–оздоровительное воспитание и образование студентов» – 20 литературных источников.

Немного меньше по вопросу «Особенности организации спортивных соревнований, спортивные игры» – 18 литературных источников.

По теме «История спорта» – 13 литературных источников.

Наименьшее количество источников найдено по темам – «Методы исследования» – 8 литературных источников, «Теория и методика физического воспитания» – 5 литературных источников.

Наименьшее распространение в изученной нами литературе получил вопрос «проговаривание» – 4 литературных источника.

1.1. История туризма как часть спорта

История физической культуры и спорта (История ФКиС) включает в себя три основных дефиниции: история, физическая культура, спорт [58].

Термин история имеет древнегреческое происхождение и означает рассказ или повествование о прошлой жизни человеческого общества. Древние говорили: «*Historia est magistra vita*» – «История – наставник жизни» [58].

История физической культуры – наука о закономерностях возникновения и развития идей, организационных форм, средств и методов физической культуры и спорта в связи с экономическими, политическими и культурными условиями жизни общества; она даёт научный анализ возникновения и развития физической культуры, как одной из форм общественной жизни и составной части общей культуры общества [58].

Термин физическая культура (иногда её называют телесная культура) был впервые употреблён в Англии и США в 90-х гг. XIX века. В России термин физическая культура стал упоминаться в печати с 1908–1910 гг. Под физической культурой тогда понимали деятельность человека и общества, направленную на физическое воспитание, образование и укрепление здоровья [58].

Физическая культура – часть общей культуры общества; представляет собой совокупность достижений в деле оздоровления людей и развития их физических способностей. Она включает систему физического воспитания, специальные научные знания, развитие спорта и спортивных достижений; охватывает область общественной и личной гигиены, гигиены труда и быта, правильного режима труда и отдыха, использование естественных сил природы – солнца, воды и воздуха – в целях оздоровления и закаливания

организма [58].

Термин спорт происходит от латинского слова *disportare* – развлекаться.

Под этим термином подразумевается соревновательная деятельность, подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения, связанные с этой деятельностью. Спорт как часть физической культуры своей специфической направленностью дополняет и углубляет её [58].

История прослеживает эволюцию физической культуры и спорта с древнейших времён и до наших дней. В свою очередь, история ФКиС, используя эти понятия в своей научной и учебной дисциплине, составляет важную часть всей спортивной науки. Предмет её изучения – общие закономерности возникновения, становления и развития физической культуры и спорта на разных этапах существования человеческого общества [58].

История зарождения спорта. На самых ранних этапах развития человечества борьба за существование диктовала свои законы. Физическая сила и ловкость на охоте, войне и при распределении добычи играли очень важную роль. Аборигены в Австралии и по сей день сохранили как метод охоты преследование антилопы или кенгуру бегом – пока животное не устанет [56].

Физическая форма поддерживалась, кроме того, и тренировками. Австралийские аборигены постоянно упражнялись в стрельбе из лука и метании бумеранга, соревновались в беге и прыжках, играли в некое подобие мяча. У индейских племён Америки пользовались популярностью бросание мяча в цель, бег на дальние расстояния, поднятие тяжестей – камней различного веса. Среди ацтеков, майя, инков получила распространение групповая игра с каучуковым мячом, в которой каждая команда стремилась забросить мяч в кольцо, прикрепленное к столбу или стене. Чем не прародитель современного баскетбола! Первобытные племена Африки в физическом воспитании детей применяли фехтование на палках, борьбу, бег с

грузом, раскачивание на лианах Племена бушменов отличались исключительной выносливостью. Их состязания в беге по холмистой местности иногда продолжались весь день. Благодаря такой тренировке охотники могли преследовать добычу в течение многих часов, а затем и доставлять тяжёлый груз домой [56].

История развития спорта имеет необычайно давние корни. Следы физической культуры и спорта были обнаружены в ранних государствах (IV–III тысячелетия до н. э.). Ритуальные соревнования в честь бога Мардука, покровителя Вавилона, более чем на тысячу лет предварили древнегреческие Олимпиады. В эти соревнования входили стрельба из лука, борьба на поясах, фехтование на мечах, кулачный бой, скачки в седле, гонки на колесницах, метание копья и охота [56].

Самым главным открытием спорта стало, возникновение Олимпийских игр, они относятся к далекому прошлому. Древние греки создали множество прекрасных легенд, рассказывающих о том, как появились Олимпийские игры [16].

Одной из древнейших является легенда о Пелопсе, которую упоминают древнеримский поэт Овидий в своих «Метаморфозах» и древнегреческий поэт Пиндар. Пелопс, сын Тантала, рассказывается в этой легенде, после того, как царь Трои Ил завоевал его родной город Сипил, покинул родину, и отправился к берегам Греции. На самом юге Греции он нашел полуостров и поселился на нем. С тех пор этот полуостров стали называть Пелопоннесом. Однажды увидел Пелопс красавицу Гиподамию – дочь Эномая. Эномай был царем Писы, города, расположенного на северо–западе Пелопоннеса, в долине реки Алфей. Пелопс влюбился в прекрасную дочь Эномая и решил просить у царя ее руки [16].

Но это оказалось делом не таким уж легким. Дело в том, что оракул предсказал Эномаю гибель от руки мужа его дочери. Чтобы предотвратить такую судьбу Эномай решил вообще не выдавать дочь замуж. Но как это

сделать? Как отказывать всем претендентам на руку Гиподамии? Много достойных женихов сваталось за красавицу царевну. Отказывать всем без причины Эномай не мог и придумал жестокое условие: он отдаст Гиподамию в жены лишь тому, кто победит его в состязании на колеснице, но если он окажется победителем, то побежденный должен поплатиться жизнью. Во всей Греции не было равных Эномаю в искусстве управлять колесницей, да и кони его были быстрее ветра [16].

Один за другим приходили во дворец Эномая молодые люди, не боявшиеся лишиться жизни, лишь бы получить в жены прекрасную Гиподамию. И всех их убил Эномай, а чтоб неповадно другим было приходиться свататься, прибил головы погибших к дверям дворца. Но это не остановило Пелопса. Он решил перехитрить жестокого правителя Писы. Тайно договорился Пелопс с возничим Эномая Миртилом о том, чтобы тот не вставлял чеку, удерживающую колесо на оси. Перед началом состязаний Эномай, уверенный, как всегда, в успехе, предложил Пелопсу начать гонку в одиночестве. Колесница жениха срывается с места, а Эномай не спеша приносит жертву великому громовержцу Зевсу и только после этого бросается вдогонку [16].

Вот уже колесница Эномая достигла Пелопса, уже чувствует сын Тантала горячее дыхание коней царя Писы, он оборачивается и видит, как царь с торжествующим смехом замахивается копьем. Но в этот момент колеса с осей колесницы Эномая соскакивают, колесница опрокидывается, и жестокий царь замертво падает на землю [16].

С торжеством возвратился Пелопс в Пису, взял в жены прекрасную Гиподамию, завладел всем царством Эномая и в честь своей победы устроил в Олимпии спортивный праздник, который решил повторять раз в четыре года [16].

С того времени появилось много разнообразий спортивных дисциплин, каждый спорт по своему красив. Хотелось бы более подробно рассказать об

истории спортивного туризма [7].

Спортивный туризм – это общенациональный вид спорта в России, отражающий национальные традиции России. Спортивным туризмом в России занимаются до 3 млн. человек [7].

Немного истории спортивного туризма. Туристское движение в России зародилось в конце XIX века. В то время в стране одна за другой стали появляться первые туристские организации: «Альпийский клуб» в Тбилиси (1877), «Предприятие для общественных путешествий во все страны света» в Петербурге (1885), «Крымский горный клуб» в Одессе (1890) с филиалами в Ялте и Севастополе (позднее – «Крымско–Кавказский горный клуб»), «Русский тюринг–клуб» (общество велосипедистов) в Петербурге (1895) с отделениями в Москве, Киеве, Риге и др. В 1901 г. «тюринг–клуб» был преобразован в Российское общество туристов (РОТ), ставшее крупнейшим туристским объединением в стране – к 1914 г. в его рядах насчитывалось около 5 тыс. членов [7].

Летопись туризма оставила нам имена энтузиастов, совершивших поистине марафонские переходы по неизведанным маршрутам, имена первопроходцев и отважных спортсменов, участвовавших в пеше–лыжных, велосипедных, конных путешествиях, кругосветных странствиях, в байдарочных, шлюпочных и парусных походах [7].

Верхом энергии, отваги и мужества можно считать беспримерное первое велосипедное кругосветное путешествие Онисима Петровича Панкратова, жителя русской колонии в Харбине. «Я поехал в кругосветное путешествие как русский спортсмен, с национальным флагом нашей Родины», – записал в своем дневнике О.П. Панкратов, начиная это путешествие. 28 июня 1913 года Харбин встречал своего героя. Почетный трофей – Бриллиантовая звезда украсила грудь российского спортсмена, проехавшего 50 тысяч километров вокруг света [33].

В 1929 году учреждается «Общество пролетарского туризма и

экскурсий», в число членов которого в 1935 году входило до 790 тыс. человек. С 1930 года оно становится всесоюзным (ОПТЭ). Возглавлял его нарком Н.В.Крыленко [37].

Руководили самодеятельным туризмом и поддерживали его в те годы такие известные государственные деятели как зам. пред. Малого Совнаркома СССР (вице–премьер министр) В.П. Антонов–Саратовский, один из лидеров КОМИНТЕРНА А. Курелла, академик Н.П. Горбунов, известный полярный исследователь О.Ю.Шмидт [37].

Всего в то время в дальних и местных походах участвовало более 6 млн. человек. В 1936 г. происходит реорганизация всей системы туризма в стране, внедрение новых организационных форм управления. 17.01.1936 ЦИК принял постановление «О ликвидации ВОПТЭ» и возложил руководство над работой в области туризма и альпинизма на Всесоюзный Совет физической культуры при ЦИК СССР [37].

В 20–30–е годы в СССР альпинизм и горный туризм в современном понимании этих слов считались единым видом ТУРИЗМА, и развивались государством в системе ОПТЭ [37].

В начале XX века во всём мире поклонники горвосхождений назывались горными туристами. Альпинистами назывались только путешествующие в Альпах. Однако постепенно этот термин стал общим для всех любителей гор. В 30–х годах в СССР горный туризм и альпинизм не разделялись. Одни и те же спортсмены ходили как в перевальные походы, так и на вершины. В 40–е годы после разгрома ОПТЭ бывшие члены его горной секции ограничились восхождениями на вершины и стали альпинистами в современном смысле. С 90–х годов после ликвидации искусственных запретов горные туристы стали включать в свои маршруты восхождения и траверсы вершин. Известны случаи, когда восхождения в рамках туристских походов занимали призовые места в чемпионатах по альпинизму, оставаясь всего лишь одним из нескольких элементов горного

похода [37].

К середине 30–х годов в развитии туризма выделились два самостоятельных направления: туристско–экскурсионный и самодеятельный. Первое направление перешло в ведение ВЦСПС, где было создано Центральное туристско–экскурсионное направление (ТЭУ), а второе – в ведение Всесоюзного комитета по делам физической культуры и спорта, где была создана Всесоюзная секция туризма. Начали создаваться секции туризма в ДСО и коллективах физкультуры. Спорткомитетом 26.03.1939 г. был введен значок «Турист СССР», в 1940 г. учреждено звание инструктора по туризму [36].

Когда в 1936 году для спортсменов были учреждены звания «Мастер спорта» и «Заслуженный мастер спорта», в числе Заслуженных мастеров – появился и турист: Н.М. Губанов [37; 62].

В 1936 году руководство туризмом в стране передано физкультурным организациям и ВЦСПС. В 1940 году действовало несколько тысяч туристских секций на предприятиях, в учебных заведениях, было создано 165 туристских баз и лагерей. С 1 января 1940 года туризм включен в комплекс ГТО [37; 62].

В довоенный период широкий размах получил туризм среди школьников. В 1932 году была создана центральная детская экскурсионно–туристская станция, после чего аналогичные станции стали создаваться во всех республиках и крупных городах. Созданная сеть станций детско–юношеского туризма действует и в настоящее время, число которых составляет более 400, а ежегодное число участников, организуемых этими учреждениями, составляет порядка 1,6 миллионов участников [32].

В предвоенный период в самодеятельных походах – дальних и выходного дня участвовало почти 3 млн. человек [32].

Война прервала деятельность туристских организаций. Понадобилось много лет для достижения довоенного уровня. Увеличение туристов,

объединенных в туристские секции и клубы, сложными спортивными походами потребовало упорядочения системы подготовки на основе единых нормативных требований [56].

После окончания Великой Отечественной войны ВЦСПС и ЦК ВЛКСМ предпринял широкомасштабные действия по развитию туризма в стране. Уже в 1945 году ВЦСПС принимает соответствующее решение. В трудное послевоенное время выделяются средства на восстановление и строительство новых турбаз и лагерей. Особый размах получили создание туристских клубов. Они стали центрами консультаций по прохождению спортивных маршрутов, местом работы маршрутно-квалификационных комиссий по видам туризма, являлись организаторами спортивного туризма [56].

В 1949 году Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта своим постановлением включил в Единую Всесоюзную спортивную классификацию туризм. Самодеятельным туристам стали присваивать спортивные разряды и звания. Руководство туризмом осуществлялось Союзом спортивных обществ и организаций СССР и ВЦСПС [32].

Начиная с 50-х годов стали действовать школы инструкторов туризма, а в конце 50-х – школы руководителей сложных походов по видам туризма. С середины 50-х годов началось бурное развитие самодеятельного туризма и его высшего проявления – спортивного туризма. В 1957 году в стране работало более 50 туристских клубов, тогда как до войны существовал лишь один в Ростове–на–Дону. В 1958 году самодеятельным спортивным туризмом занимались (разрядники) 428 156 чел, в 1959 – 946 418, в 1960 – 1 512 860 человек. Туризм стал действительно массовым [32].

Первым председателем Всесоюзной секции туризма в 1956 г., ставшей в 1959 г. Федерацией туризма СССР стал Е.А. Косарев. При центральных, республиканских и областных ДСО и ТЭУ ВЦСПС и облсовпрофов были созданы секции и федерации туризма [32].

В 1962 г. решением ВЦСПС ТЭУ были преобразованы в Центральный совет по туризму и экскурсиям (ЦСТЭ), республиканские и областные советы, в ведение которых полностью перешел самостоятельный туризм. При ЦСТЭ и советах на местах начали работать секции и комиссии по видам туризма, создавались областные и городские туристские клубы [32].

В 1976 году ВЦСПС принял решение о создании единого общественного туристского органа – Федерации туризма ЦСТЭ и образовании соответствующих федераций на местах (Положение о федерациях утверждено ЦСТЭ и ВСДСО профсоюзов – протокол № 7, п. 9 от 16 июля 1976 г.). Председателем Федерации был избран С.В. Журавлев – зам. председателя Всесоюзного совета ДСО профсоюзов [32].

В 1985 г. Федерация стала называться Всесоюзной, а федерации на местах – республиканскими, краевыми и областными. Председателем Федерации стал известный турист, Заслуженный мастер спорта В.Д. Тихомиров [32].

С 1971 года проводились Всесоюзные, республиканские, областные соревнования на лучшее туристское путешествие, которые с 1981г. преобразованы в Чемпионаты СССР, республик и т.п. (Постановление ЦСТЭ, протокол N16 б п.5 от 22 мая 1980 г., согласованное с Комитетом по физической культуре и спорту при Совете министров СССР). Постановлением Комитета по физической культуре и спорту от 22 августа 1980г., протокол 6, призеры чемпионатов СССР награждаются золотыми, серебряными и бронзовыми медалями II степени. Во всесоюзных соревнованиях и чемпионатах ежегодно участвовало 100–150 команд [32].

К концу 80–х годов в системе советов по туризму было создано 950 областных, городских туристских клубов, объединяющих многотысячный общественный актив. Туристские секции и клубы работали в десятках тысяч коллективах физкультуры, которые охватывали соревнованиями, спортивными походами до 10 млн. человек. На различного уровня

семинарах, школах, сборах подготовлено более 500 тыс. инструкторов, руководителей походов, судей соревнований. В спортивных походах ежегодно участвовало более 200 тысяч туристов спортсменов (около 20 тысяч туристских групп) [32].

Звание Мастер спорта СССР присвоено более 1500 туристам.

На рубеже 80–90-х годов на территории бывшего СССР действовало более 60 общественных КСО, более 40 тысяч общественных комиссий, в работе которых участвовало около 700 тысяч туристов [32].

В 1990 году звание «мастер спорта» было присвоено 124 туристам, 1–3 разряд – 80 тысячам туристов, а значок «турист СССР» был вручен 250 тысячам туристов.

В 1992 г. после распада СССР был создан Международный туристско–спортивный союз, а в 2002 году была учреждена Международная Федерация спортивного туризма, объединившая туристов стран СНГ и Прибалтики. Туристско–спортивный союз и федерация спортивного туризма России стала работать при Госкомспорте России. Президентом стал ЗМС И.Е. Востоков. Спортивный туризм включен в Единую всероссийскую спортивную классификацию. С 1994 г. спортивным туристам присваиваются звания МС, МСМК и ЗМС [32].

Впервые спортивный туризм был введен в Единую спортивную классификацию в 1949 году. Это повлекло за собой развитие маршрутных и квалификационных (позднее маршрутно–квалификационных) комиссий, разработку классификации туристских походов. Начиная с 1965 года разрядные требования включали присуждение разрядов и званий вплоть до звания «Мастер спорта» за совершение спортивных походов 5 категории сложности (Постановление президиума центрального совета союза спортивных обществ и организаций СССР, протокол № 4 от 19 марта 1965 года.). Начиная с 1994 г. в разрядные требования по спортивному туризму введено присуждение званий «Мастер спорта международного класса» за

совершение спортивных походов 6 категории сложности, соответствующих мировым достижениям, а также включены соревнования по туристскому многоборью, которые ранее назывались соревнованиями по технике туризма [33].

* * *

История физической культуры – наука о закономерностях возникновения и развития идей, организационных форм, средств и методов физической культуры и спорта в связи с экономическими, политическими и культурными условиями жизни общества; она даёт научный анализ возникновения и развития физической культуры, как одной из форм общественной жизни и составной части общей культуры общества [58].

Физическая культура – часть общей культуры общества; представляет собой совокупность достижений в деле оздоровления людей и развития их физических способностей. Она включает систему физического воспитания, специальные научные знания, развитие спорта и спортивных достижений; охватывает область общественной и личной гигиены, гигиены труда и быта, правильного режима труда и отдыха, использование естественных сил природы – солнца, воды и воздуха – в целях оздоровления и закаливания организма [58].

История зарождения спорта. На самых ранних этапах развития человечества борьба за существование диктовала свои законы. Физическая сила и ловкость на охоте, войне и при распределении добычи играли очень важную роль [56].

Самым главным открытием спорта стало, возникновение Олимпийских игр, они относятся к далекому прошлому. Древние греки создали множество прекрасных легенд, рассказывающих о том, как появились Олимпийские игры [16].

Одной из древнейших является легенда о Пелопсе, которую упоминают древнеримский поэт Овидий в своих «Метаморфозах» и древнегреческий

поэт Пиндар [16].

С того времени появилось много разнообразий спортивных дисциплин, каждый спорт по своему красив. Хотелось бы более подробно рассказать об истории спортивного туризма [33].

Спортивный туризм – это общенациональный вид спорта в России, отражающий национальные традиции России. Спортивным туризмом в России занимаются до 3 млн. человек [33].

Впервые спортивный туризм был введен в Единую спортивную классификацию в 1949 году. Это повлекло за собой развитие маршрутных и квалификационных (позднее маршрутно–квалификационных) комиссий, разработку классификации туристских походов. Начиная с 1965 года разрядные требования включали присуждение разрядов и званий вплоть до звания «Мастер спорта» за совершение спортивных походов 5 категории сложности. (Постановление президиума центрального совета союза спортивных обществ и организаций СССР. Протокол № 4 от 19 марта 1965 года.). Начиная с 1994 г. в разрядные требования по спортивному туризму введено присуждение званий «Мастер спорта международного класса» за совершение спортивных походов 6 категории сложности, соответствующих мировым достижениям, а также включены соревнования по туристскому многоборью, которые ранее назывались соревнованиями по технике туризма [33].

1.2. Особенности организации спортивных соревнований, спортивных игр

Основным документом для проведения соревнований любого ранга, в том числе и коллективах физической культуры, в парках культуры и отдыха, является положение о соревновании. Оно определяет число участников, вид соревнований: командные или личные, регламентирует продолжительность игр, систему проведения соревнований (круговая, олимпийская и т.д.),

систему зачета, определения победителей, награждение и т.д. [1].

Положение о соревнованиях должно быть заранее утверждено организацией, проводящей их. Например, положение о проведении городских соревнований утверждает городской комитет по физической культуре и спорту, положение о проведении соревнований в спортивно–оздоровительном или пионерском лагере – совет лагеря или его начальник, в коллективе физкультуры – совет коллектива физкультуры или спортивного клуба либо его председатель. Положение о соревнованиях в местах массового отдыха, а также в коллективах физической культуры следует составлять с учетом оздоровительных задач и возможности широко привлечения к участию в них самого широкого контингента участников [1].

При организации спортивных мероприятий в первую очередь стоит обратить внимание на физическую подготовку, особенно это касается экстремальных видов спорта [2].

Как правило, эволюция спорта в организации начинается по инициативе руководства, лидера компании [2]. Важную роль в организации играет укрепление дружественных отношений, знакомства с людьми [17].

На современном этапе развития науки и общества изучению такого многогранного явления, как игра, посвящены труды психологов, педагогов, этнографов, историков культуры, искусствоведов, философов, исследователей проблем спорта. В настоящее время в спортивной науке актуализирован интеграционный принцип в создании часто – предметных теорий спортивных игр. Разноаспектное рассмотрение понятия «игра» и «спортивная игра» приводит к необходимости формировать единую концепцию спортивных игр на основе деятельностного и системно–структурного подходов, сформулированных в общей педагогике и психологии [26]. До сих пор не сложилось однозначное понятие «игра». В монографии Э. Майнберга отмечается, что не существует критерия классификации, на основании которого можно было бы систематизировать все реально существующие

формы игры [26].

Игра – вполне определенная сфера человеческой деятельности, заключенная в своеобразную «оболочку», состоящую из конкретных условий и правил. Игра существует и развивается в этой «оболочке», включая играющих одновременно в два вида поведения: игровое и реальное, когда играющий верит, и не верит в реальность происходящего, роднит игру с искусством [26].

Использование народных средств физического воспитания, благодаря их соответствию реальным условиям жизни, общедоступности, простоте организации, желанию учащихся выполнять упражнения национального характера, позволяет сделать процесс обучения более эмоциональным, сократить сроки овладения учебным материалом, достичь более стойких результатов воздействия и тем самым повысить эффективность реализации требований комплексной программы физического воспитания учащихся. [18].

Соревнования позволяют решать педагогические, спортивно–методические и общественно политические задачи. Во время спортивных соревнований решаются те же педагогические задачи, что и на занятиях физической культурой и спортом в целом, т.е. совершенствование физической, технической, тактической, психической и теоретической подготовленности. Однако при этом все сдвиги, происходящие в организме, превосходят уровень, характерный для тренировочных занятий. Соревнования – одна из действенных мер повышения тренированности спортсмена. Особенно велико значение спортивных соревнований для формирования волевых черт характера. Они также способствуют развитию в целом физкультуры и спорта и позволяют педагогически воздействовать на зрителей [43].

Спортивные соревнования – яркое, эмоциональное зрелище. Удовольствие от спортивных зрелищ возникает вследствие соучастия в них

зрителя, которого привлекает высокий уровень развития двигательных качеств, смелые и решительные действия участников, их высокие достижения [43].

Функции преподавателей физической культуры и спорта, организаторов соревнований, спортивных судей и спортивных врачей, связанные с организацией и проведением спортивных соревнований, различаются в зависимости от характера деятельности этих людей [43].

Одной из важнейших функций преподавателей физкультуры и спорта является подготовка занимающихся к участию в спортивных соревнованиях. Прежде чем допускать студентов к официальным соревнованиям, следует не только обучить их спортивной технике и тактике, определенному кругу знаний и развить необходимые двигательные качества, но и научить их соревноваться. Для этого им необходимо участвовать в прикидках, контрольных и учебных соревнованиях. Правила в них могут быть упрощены или изменены самим преподавателем. Например, уменьшается количество попыток или размеры площадки, длина дистанции, определяется победитель по качеству выполнения спортивных упражнений и т.д. [43].

К мерам организационно–методического характера, связанным с проведением спортивных соревнований, прежде всего, относится составление календарного плана соревнований по данному виду спорта. В нем указывается название соревнований, сроки и место их проведения и ответственные за их организацию лица. Календарь спортивных соревнований по каждому виду спорта составляется в отдельности. Важным условием при составлении календарного плана является традиционность намеченных мероприятий по срокам, программам, участвующим лицам. Это повышает интерес к ним детей, облегчает организацию учебно–тренировочного процесса, делает соревнование более популярным у зрителей. Спортивные соревнования являются стимулом для систематических тренировок и способствуют росту спортивных результатов, если они проводятся

регулярно. Целесообразность участия в определенном количестве соревнований зависит от спортивной подготовки студентов [43].

Таким образом, календарь спортивных соревнований надо составлять так, чтобы намеченные соревнования были разнообразными по масштабу, составу участников и условиям проведения, традиционными по срокам, составу, месту проведения [43].

Другая важная мера организационно–методического характера – это составление положения о соревнованиях. В нем указываются:

1. Название соревнований.
2. Сроки.
3. Место проведения.
4. Задачи данного соревнования.
5. Программа и порядок проведения по дням.
6. Состав участников.
7. Система зачета (определения победителей)
8. Форма награждения.

Если соревнования носят командный или лично–командный характер, в положении указывается система определения победителей в командном зачете. В каждом отдельном случае она может быть разной. Например, в лыжных гонках командное первенство определяется по сумме времени, или сумме мест, или сумме очков, полученных так называемыми зачетными участниками [43].

Для участия в соревнованиях необходимо в установленные сроки подать заявку в предварительной форме, а затем в окончательной. Первая заявка содержит желание данной команды участвовать в соревнованиях. Во второй заявке приводятся данные о составе участников и некоторые другие сведения. В некоторых видах спорта в начале или в ходе соревнований по разрешению главного судьи могут быть сделаны перезаявки, т.е. вместо одного участника может быть выставлен другой и т.п. На основании

поданных заявок составляются протоколы соревнований [43].

Для проведения соревнований необходимо позаботиться о приведении мест, оборудования и инвентаря в полное соответствие с установленными правилами, их высоком качестве и необходимом количестве [43].

Если в программу включено несколько разновидностей одного вида спорта, необходимо заранее составить график соревнований, т.е. определить последовательность и время проведения каждого из них. Зная среднюю продолжительность выполнения упражнения, количество попыток и количество участников, можно определить общую продолжительность соревнований и на основе этого составить график проведения [43].

Для обслуживания спортивных соревнований в соответствии с их видом и масштабом, школа назначает врача и другой медицинский персонал.

Важнейшим документом, регулирующим проведение соревнований и влияющим на их результаты, являются правила соревнований по данному виду спорта. В них регламентируются действия судей и участников, предусматриваются условия выявления победителей и, кроме того, определяются нормы поведения спортсмена, содержится перечень запрещенных действий, влекущих за собой наказание, ущемляющее интересы команды. Таким образом, на спортсмена, нарушившего правила, действует не только решение судьи по отношению к нему лично, но и сознание, что команда испытывает урон из-за его неправильных поступков.

Главным организатором и руководителем спортивных соревнований, ответственным за их проведение и, в известной мере, за достигнутые результаты, является спортивный судья, назначаемый из числа преподавателей физической культуры. Судья ответствен и за здоровье участников соревнований. Во всех случаях, когда может быть нанесен ущерб здоровью участников (плохое состояние мест занятий, неисправность оборудования, несоответствие одежды и обуви и т.п.), он обязан устранить недочеты, а при невозможности сделать это – отменить соревнование или

перенести его на другой срок или в другое место [43].

Спортивный судья должен быть прежде всего безукоризненным знатоком правил соревнований по данному виду спорта, честным, объективным, беспристрастным, решительным, вежливым, спокойным человеком, который и вне соревнований пользуется авторитетом и уважением [43].

С момента зарождения организованного спорта и появления спортивных организаций соревновательная деятельность спортсменов, или то, что мы называем спортивным соревнованием (состязанием), не только позволяла выявить победителя, но и всегда привлекала внимание той части общества, которая относится к любителям спорта и зрителям, и если на ранних этапах развития спорта главной целью проведения соревнований являлось определение победителя, то с появлением организованного спорта к этой чисто спортивной цели соревнования добавилась еще и коммерческая – извлечение доходов от проведения соревнований [50].

Соревнования способствуют обмену передовым опытом тренеров–преподавателей самих студентов, распространению новой высокой техники и наиболее совершенных методов тренировки. Они являются средством агитации пропаганды спорта среди студентов. Педагогическое значение спортивных соревнований заключается в том, что они приучают спортсменов применять приобретенные в процессе учебно–тренировочных занятий двигательные навыки умения в сложной постоянно меняющейся обстановке спортивной борьбы максимального напряжения сил. Основными задачами любых соревнований являются: содействие воспитанию спортсменов; демонстрация социально ценных качеств личности (мужества, смелости, уважения к партнерам и противникам); совершенствование двигательных способностей. Осуществляя правильную педагогическую организацию соревнований в Вузе, следует предусматривать распределение участников по полу и физическому развитию [51].

В организации спортивных мероприятий и состязаний любого уровня, кроме собственно соревнований всегда имеется такая значимая часть, которую можно назвать – спортивный праздник. Спортивный праздник успешно проходит тогда, когда кроме судейства, дистанций и прочих обязательных условий основного действия, есть атмосфера праздника, хорошее настроение и даже шоу. Это естественная эволюция, связанная со все большей разборчивостью потребителя, в данном случае участников и в первую очередь зрителей. Особенное значение имеет оформление спортивного праздника на открытой площадке, причем это касается и стадиона и городской площади и большой лесной поляны. Дело в том, что оформление (заполнение) огромных открытых пространств имеет определенные ограничения, как технические, так и бюджетные [52].

Тренировки атлетов сегодня представляют собой сложный процесс, в котором используются новейшие достижения науки и техники. Спорт продолжает развиваться. Возникают новые дисциплины, завоёвывая целые армии поклонников [16].

* * *

Основным документом для проведения соревнований любого ранга, в том числе и коллективах физической культуры, в парках культуры и отдыха, является положение о соревновании. При организации спортивных мероприятий в первую очередь стоит обратить внимание на физическую подготовку, особенно это касается экстремальных видов спорта [2].

Соревнования позволяют решать педагогические, спортивно–методические и общественно политические задачи. Во время спортивных соревнований решаются те же педагогические задачи, что и на занятиях физической культурой и спортом в целом, т.е. совершенствование физической, технической, тактической, психической и теоретической подготовленности. Однако при этом все сдвиги, происходящие в организме,

превосходят уровень, характерный для тренировочных занятий. Соревнования – одна из действенных мер повышения тренированности спортсмена. Особенно велико значение спортивных соревнований для формирования волевых черт характера. Они также способствуют развитию в целом физкультуры и спорта и позволяют педагогически воздействовать на зрителей [43].

К мерам организационно–методического характера, связанным с проведением спортивных соревнований, прежде всего, относится составление календарного плана соревнований по данному виду спорта. В нем указывается название соревнований, сроки и место их проведения и ответственные за их организацию лица. Календарь спортивных соревнований по каждому виду спорта составляется в отдельности [43].

Для участия в соревнованиях необходимо в установленные сроки подать заявку в предварительной форме, а затем в окончательной [43].

В организации спортивных мероприятий и состязаний любого уровня, кроме собственно соревнований всегда имеется такая значимая часть, которую можно назвать – спортивный праздник. Спортивный праздник успешно проходит тогда, когда кроме судейства, дистанций и прочих обязательных условий основного действия, есть атмосфера праздника, хорошее настроение и даже шоу. Это естественная эволюция, связанная со все большей разборчивостью потребителя, в данном случае участников и в первую очередь зрителей. Особенное значение имеет оформление спортивного праздника на открытой площадке, причем это касается и стадиона и городской площади и большой лесной поляны. Дело в том, что оформление (заполнение) огромных открытых пространств имеет определенные ограничения, как технические, так и бюджетные [52].

1.3. Спортивно–оздоровительное воспитание и образование студентов

Ведущая идея воспитательной системы – развитие личности его интересов и способностей. Весь воспитательный процесс направлен на максимальное раскрытие личностного потенциала, мотивацию к самореализации и к личностным достижениям [3].

Цель воспитательной системы – воспитание духовного, нравственного и культурного уровня учеников, способных к самореализации и самоопределению, укрепление их физического здоровья [3].

Основной научной проблемой, является выявление психологических особенностей современного российского студенчества, влияния различных социокультурных тенденций на процесс самоопределения студенческой молодежи, а также взаимосвязь этих процессов с образовательной политикой и системой подготовки в вузе [5].

Процесс реформирования высшей школы, обновление философии и методики обучения требует глубокого и разностороннего осмысления изменений, происходящих в среде студенческой молодежи на психологическом, личностном уровне. Злободневность выдвинутой проблемы обусловлена необходимостью определения степени идентичности реального образа студенческой молодежи социальному заказу современного российского общества, что позволит более точно и адресно сформулировать приоритеты в образовательной политике [5].

Решение поставленной проблемы направлено в конечном счете на повышение статуса высшей школы как важнейшего социального института профессионального и жизненного самоопределения современной молодежи [5].

В ходе исследования авторами решены следующие задачи:

- а) выявление наиболее значимых социально–психологических и личностных характеристик современной студенческой молодежи;
- б) обозначение социокультурного контекста самоопределения

современной студенческой молодежи;

в) рассмотрение взаимосвязи между психологическим обликом студенчества и особенностями построения образовательного процесса в вузе [5].

Новизна заключается в представлении психологических особенностей студенческой молодежи в контексте процесса ее социокультурного самоопределения в изменяющихся условиях российского общества, а не как самодостаточных внутренних феноменов неизвестного происхождения, требующих безоговорочного принятия как самоценных сущностей [5].

В программе дисциплины «Физическая культура» Федерального компонента социально–экономических дисциплин государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (2000г.) отмечается, что «целью физического воспитания студентов вузов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности» [8].

Особенно актуальным является в настоящее время выявление эффективных, доступных и привлекательных для студентов средств физической культуры, спорта и туризма [8].

В системе физического воспитания студентов средства спортивно–оздоровительного туризма в настоящее время используются не достаточно эффективно. Туризм в вузе рассматривается как часть рекреативной физической культуры, представленной в режиме активного отдыха, что сужает диапазон средств спортивно–оздоровительного туризма в физическом воспитании студентов [8].

Рассматривая качественную подготовку специалистов как взаимосвязанный процесс обучения и воспитания, администрация колледжа планомерно создает целенаправленную систему воспитания студентов, представляющую условия, способствующие индивидуальному развитию

обучающихся и их коллективному взаимодействию [20].

Важное место в воспитании будущих специалистов отводится культурно–массовой и творческой деятельности студентов, способствующей приобретению положительных привычек, формированию характера, развитию инициативы, творческих способностей и активной жизненной позиции [25].

Воспитание у студентов нравственности и высокой культуры является одной из самых важных задач в процессе становления личности [53]. Поэтому задачей вуза является не только образовательная, но и здоровьесберегающая и здоровьеформирующая деятельность [51].

* * *

Здоровье студенческой молодежи и профессорско–преподавательского состава вуза является одним из важнейших условий эффективной деятельности участников воспитательно–образовательного процесса. Различные отклонения и ухудшение показателей здоровья, возникающие в процессе обучения, являются препятствиями в достижении успехов в образовательном процессе вуза [28].

Необходимость проведения широких профилактических мер в отношении юношества, включающих, прежде всего, меры воспитательного характера, актуализируется в связи с тем, что в этом возрасте формируются основные поведенческие установки, взгляды, навыки, привычки, определяющие в дальнейшем образ жизни человека. Именно в этот период можно предупредить возникновение вредных привычек, эмоциональной неводержанности, установки на пассивный отдых, нерациональное питание, что в дальнейшем может стать факторами «риска» [30].

1.4. Туризм как средство сохранения и укрепления здоровья, оздоровление и организация походов

Предметом исследования в теории туризма является туристическая деятельность, задачами которой являются: изучение туристических мероприятий, прогнозирование развития видов и форм туризма, моделирование характеристик новых туристических центров, восстановление функций организма в процессе туристских мероприятий, экскурсий и путешествий. Исследования в области туризма могут включать в себя: сбор фактических данных, обеспечивающих достоверность выводов, проведение серии экспериментов, теоретическую и количественную обработку полученных результатов – определение средних величин, меры, построения графиков, таблиц, диаграмм, интерпретацию данных и формулирование выводов [70].

Спортивный туризм – как вид спорта – вот уже более 50 лет входит в спортивную единую классификацию, являясь продолжателем лучших традиций [37]. Туристское движение в России организационно развивалось по периодам: начальный – 1895–1929 гг., далее – 1930–1939 гг., 1951 г. – по настоящее время. Территориальная сфера действий организации – Россия [37]. Туризм в России с каждым годом становится все шире. Однако, несмотря на широкое распространение самодеятельного туризма, далеко не многие имеют необходимый туристический опыт, знания по оказанию помощи пострадавшему в походе, по мерам профилактики заболеваний, типичных для походных условий. Эти навыки и знания необходимы как новичку, впервые ощутившему груз рюкзака, так и износившему в походах не одну пару обуви опытному туристу [36].

Туризм, возникший и развивавшийся как объективная общественная потребность, постепенно утвердился в качестве одного из важных средств воспитания людей. В его развитии прослеживаются три этапа: образование предпосылок для организованных групповых (коллективных) походов и

путешествий; утверждение походов как средства воспитания; становление и последующее развитие туризма как общественно–социального явления, успешно содействующего комплексному решению воспитательных, образовательных, оздоровительных и спортивных задач. Возникновение предпосылок для организованных походов и путешествий связано, по–видимому, с ранними периодами истории человечества, когда племена или целые роды были вынуждены в поисках наиболее оптимальных условий для существования совершать длительные переходы [62].

Туризм оказывает воспитательное действие сравнительно простыми и доступными средствами: походы, путешествия, экскурсии, прогулки, туристские слеты и соревнования, а также природоохранная деятельность. Все виды воспитания в туризме реализуются комплексно в естественных условиях, не акцентируя внимание туристов на воспитательных задачах. Эту естественность воспитательного процесса можно проиллюстрировать на примере любого туристического похода: передвижение с рюкзаками и преодоление препятствий – физическое воспитание; красота окружающей природы – эстетическое; установка бивака и приготовления пищи, умение выполнять разную работу – трудовое воспитание; взаимоотношения участников похода, необходимость взаимопомощи, дисциплины, ответственности – морально – нравственное воспитание; знакомство с природными богатствами своей страны, с ее историей и культурными памятниками – патриотическое воспитание [10]

Туризм – прекрасное средство, которое естественным путем удовлетворяет потребности человека в движении. В походе люди раскрываются совсем с другой стороны. В этом отношении поход особенно ценен, так как позволяет лучше понять натуру каждого из ребят и найти к нему подход, что способствует установлению взаимопонимания и отношений сотрудничества в походных условиях [69]. Туристические походы бывают различными по видам, сложности и продолжительности. И поскольку не для

всех важна спортивная составляющая данного мероприятия, в самом начале нужно понять чего вы ожидаете от похода [69].

Как и многодневные путешествия, поход выходного дня проводится в соответствии с требованиями Правил организации и проведения самостоятельных туристических походов и путешествий на определенной территории. Однодневные походы – основная школа подготовки опытных туристов. Многие из тех, кто начинал с коротких походов за город, позже охотно устремляются в многодневные путешествия. Многодневные путешествия как правило, проводятся в период отпусков. Они требуют продолжительного времени, длительной и тщательной подготовки. Любой поход, в том числе и однодневный, начинать следует с выбора местности и продолжительности расстояния, которое предстоит преодолеть, учитывая при этом пожелание большинства участников будущего похода, уровень их общефизической подготовки и опыт участия в подобных путешествиях [14].

Сроки подготовительного периода определить довольно сложно, если лагерь традиционный, то подготовительный период начнется строго по плану. Если же только возникла идея проведения лагеря какого-либо профиля, то этот период может быть более длительным. Первая фаза подготовки и проведения лагеря – планирование. Цель проведения лагеря – это достижение одного определенного в педагогическом и других планах результата [15; 65].

Поскольку туризм является видом спорта, по нему проводятся соревнования. Организация и проведение соревнований по туризму проходит следующим образом. На старте участники получают карту с нанесенными контрольными пунктами, имеющими оценку в точках. Задача участника – за определенное время найти как можно больше КП. За превышение контрольного времени из его результата вычитаются штрафные очки – определенное количество за каждую просроченную минуту. Побеждает участник, набравший наибольшее количество очков. Ориентирование по выбору дает участнику большую свободу действия, чем остальные виды.

Здесь уже не начальник дистанции, а сам участник планирует себе дистанцию, причем выбирает её в соответствии со своей степенью подготовленности и по своим силам [15; 65].

Необходимыми условиями развития туризма является наличие организационно–управленческой системы, обеспечивающей функционирование сферы деятельности человека, связанной с его отдыхом и спортом [13]. В туристических походах (в спортивных – особенно) поначалу самостоятельности в ребячьей среде не чувствуется (кто–то балуется, кто–то не может правильно выполнить какие–то действия, подвергая себя при этом опасности). Поэтому многое, если не все, зависит от руководителя. Нужно уметь направить людей на самостоятельное преодоление препятствий (что дает наиболее ощутимый воспитательный эффект) [67; 68; 69].

Как было описано выше, турпоходы бывают одно– и многодневными, походами выходного дня, а также разделяются на категории сложности: I, II, III, IV, V. [68].

В многодневный поход лучше всего идти группой, в составе которой 6 и более человек. У такой группы должен быть лидер, который хорошо знает маршрут. Он возглавляет и направляет цепочку идущих. Замыкающий должен идти тоже человек опытный. Его задача – следить за тем, чтобы никто не отстал и не потерялся. Также важно выбрать хорошего завхоза, который в числе прочего будет отвечать за питание. Кстати, интересная информация для тех, кто хочет похудеть: во время походов, особенно горных, затраты энергии не покрываются получаемыми из пищи калориями, и потому за 10 дней похода можно стать легче на 6 и более килограммов [63]. Походы выходного дня наиболее популярные и массовые мероприятия. Они проводятся в выходные дни и являются «начальной» школой для туриста. Их проводят с целью активного отдыха, изучения родного края, ознакомления с природой, памятными местами своего района, привлечения к туризму самых широких слоев населения. Походы выходного дня – это один из способов тренировки и

подготовки для последующих дальних походов. В этих походах начинающий турист получает первые знания походной жизни, первые навыки, повышает свою общую физическую подготовку и т. д. В этих походах могут принимать участие все желающие. Многодневные некатегоричные походы – это походы по известным маршрутам с целью физического совершенствования, изучения родного края [63]. Турпоходы по маршрутам I–V категорий сложности проводятся, как правило, в период отпуска или каникул. Они обычно связаны с выездом в другие географические районы, с целью активного отдыха, физического совершенствования, оздоровления, ознакомления с жизнью, градациями и культурой народов. Такие походы требуют достаточно хорошей физической подготовки. Туристическая экспедиция – это заранее подготовленный поход, в ходе которого по заданиям туристических организаций проводится работа, направленная на дальнейшее развитие туризма в стране, повышение его оздоровительного и познавательного значения. Как правило, экспедиции организуются в малоизученные районы с целью изучения и описания, разработки рекомендаций для правильной организации и обеспечения безопасности походов. Туристические прогулки – это короткий поход или выезд за город с целью активного отдыха. Систематические прогулки пешком благотворно влияют на нервную систему человека, способствуют восстановлению сил, закаливанию организма, укреплению здоровья. Одним из важных этапов в организации туристского похода является комплектование туристской группы. Без особых усилий формируется туристская группа из членов одного коллектива, связанных общими производственными или другими интересами, близких по возрасту и физической подготовке. При таком составе учитываются запросы и возможности каждого, заранее совместно выбирается и разрабатывается маршрут. Важно вначале установить оптимальный состав участников похода. Опыт подсказывает, что лучше всего, когда численность группы колеблется в пределах 10–15 человек. Это обеспечивает маневренность, соблюдение

графика движения, преодоление естественных препятствий. При большем числе желающих активно отдохнуть на природе можно создать параллельные группы, возглавляемые туристами с опытом, выполняющими рекомендации и указания руководителя похода. Всякий поход должен иметь определенную цель. Самый распространенный мотив участия в походе – желание познакомиться с памятными и историческими местами, с достопримечательностями, самому все увидеть и узнать [60].

Смысл управления спортивной подготовкой туриста сводится к тому, чтобы параллельно с его трудовым воспитанием, интеллектуальным, нравственным и эстетическим развитием добиться в оптимально короткие сроки достижения высокого уровня общей и специальной физической подготовленности, позволяющей успешно решать задачи как при проведении массовых, так и спортивных походов различной категории сложности. Главная роль в управлении подготовкой туриста принадлежит тренеру, а роль спортсмена заключается в том, чтобы проявить осознанную активность в решении поставленных задач по овладению специальными умениями и навыками [63].

В настоящее время в силу объективно сложившихся обстоятельств имеют место самостоятельные формы подготовки высококвалифицированных туристов к сложным туристским походам. Поэтому им необходимы специальные теоретические знания по основам спортивной тренировки, соответствующие современным требованиям, которые в сочетании с накопленным опытом позволят управлять сложным многогранным процессом спортивной подготовки на продолжительном отрезке времени, не превратив занятия туризмом в самоцель. Учебно–тренировочный процесс в самодеятельном туризме осуществляется, в основном, тренерами–общественниками, прошедшими обучение в системе подготовки туристских общественных кадров и имеющими значительный опыт участия в походах различной категории сложности, а также руководства такими походами.

Следует подчеркнуть, что число тренеров с высшим физкультурным образованием, специализировавшихся в период учебы по туризму и занимающихся спортивным туризмом, пока еще невелико. Да и то они в большинстве своем работают на общественных началах. А потому вопрос профессиональной подготовки специальных туристских кадров в физкультурных учебных заведениях является в настоящий период актуальным. Особенность характера тренерской работы в туризме состоит в неизмеримо большей роли «играющего тренера» по сравнению с большинством других видов спорта. Туризм (а также альпинизм) отличается от других видов спорта, прежде всего тем, что основной период макроцикла – это поход. Следовательно, тренер только в том случае может управлять тренировочным процессом в этом периоде, если он лично находится на маршруте в группе – либо в качестве одновременно руководителя и тренера группы, либо только тренера. Важна, несомненно, его роль как в подготовительном, так и в переходном периоде, но в этих периодах решаются основные задачи физической, теоретической и других видов подготовки, а техническая, тактическая и психологическая стороны затрагиваются частично – в той лишь мере, в какой можно их моделировать в условиях, довольно далеких от реальных условий туристского маршрута, особенно сложного – IV или V категории [61; 66].

* * *

Туризм – прекрасное средство, которое естественным путем удовлетворяет потребности человека в двигательной деятельности. В походе как виде туризма люди раскрываются совсем с другой стороны. В этом отношении поход особенно ценен, так как позволяет лучше понять натуру каждого из участников и найти к нему подход, что способствует установлению взаимопонимания и отношений сотрудничества в походных условиях [69]. Туристические походы бывают различными по видам,

сложности и продолжительности. И поскольку не для всех важна спортивная составляющая данного мероприятия, в самом начале нужно понять, чего ожидать от похода [69].

Таким образом, сохранение здоровья в туризме является важнейшим фактором оздоровления. Туризм – составная часть здравоохранения, физической культуры, средство духовного, культурного и социального развития личности [34]. Он позволяет осуществить знакомство с природой родного края, посетить экскурсионные объекты, поддерживать спортивную форму и повышать жизненный тонус [14].

Организация походов зависит от плана и маршрута путешествия, организовать поход по силу любому человеку [14].

Любой поход, в том числе и однодневный, начинать следует с выбора местности и продолжительности расстояния, которое предстоит преодолеть, учитывая при этом пожелание большинства участников будущего похода, уровень их общефизической подготовки и опыт участия в подобных путешествиях [14].

1.5. Проговаривание как метод освоения информации

Приемы скоротения приобретаются как результат систематизированных тренировок, например, по расширению угла зрения, подавлению проговаривания слов и других (49), тогда как в методике обучения метод проговаривания отличается достаточной эффективностью.

В психологии и педагогике достаточно часто устная речь развивается в сочетании с естественными движениями ребенка, через которые он, например, выражает свои эмоции разнообразными интонационными средствами, учится произвольно предъявлять их и управлять ими [48]. В целом приемы проговаривания и прорисовки могут и должны использоваться при работе не только с детьми, но и со взрослыми. Повторение с использованием мысленного проговаривания и мысленной прорисовки

применяется для тех видов информации, которые необходимо закрепить в памяти до рефлекторного уровня припоминания. Это различные образные коды, иностранные слова, знаки новой для читателя азбуки [47].

Вспомните образ, которым вы обозначили иностранное слово. Пусть это будет образ свиноматки. Читайте с этого образа образы– подсказки, обозначающие звуки английского языка – «спичка» – звук |s| и «паук» – звук |au|. Благодаря большой инертности речевого анализатора вы сможете длительное время удерживать в сознании проговаривание слова |sau| [47].

Далее, осуществляйте одновременно несколько действий. Представляйте образ свиноматки, мысленно проговаривайте его название на английском языке (sau), прорисовывайте написание слова SOW [47].

В результате многократной одновременной активизации нервных клеток трех разных анализаторных систем, между ними образуется устойчивая рефлекторная связь. Зрительный образ – зрительный анализатор. Проговаривание слова – речевой анализатор. Прорисовка написания слова – двигательный анализатор [47].

Педагогическая практика показала благотворное влияние физкультминуток в форме приемов «речевой ритмики» в работе с детьми, которые быстро утомляются на уроках в школе. Кроме того, рекомендованы они и детям непоседливым, вспыльчивым, замкнутым, тревожным. Физкультминутки, положительно влияя на общее психологическое состояние каждого ученика класса, развивают познавательную активность ребенка, затрагивают его фантазию и воображение. «Речевая ритмика» представляет собой устную речь в сочетании с естественными движениями ребенка, через которые он выражает свои эмоции разнообразными интонационными средствами, учится произвольно предъявлять их и управлять ими (48).

Проговаривание трудных эмоций отличается от бухтения. В бухтении – действует один, бухтит. В проговаривании действуют оба: один проговаривает свои эмоции, другой специальным образом слушает (45).

* * *

Приемы проговаривания и прорисовки могут и должны использоваться при работе не только с детьми, но и со взрослыми. Повторение с использованием мысленного проговаривания и мысленной прорисовки применяется для тех видов информации, которые необходимо закрепить в памяти до рефлексорного уровня припоминания. Это различные образные коды, иностранные слова, знаки новой для читателя азбуки [47].

В психологии и педагогике достаточно часто устная речь развивается в сочетании с естественными движениями ребенка, через которые он, например, выражает свои эмоции разнообразными интонационными средствами, учится произвольно предъявлять их и управлять ими [48].

Проговаривание трудных эмоций отличается от бухтения. В бухтении – действует один, бухтит. В проговаривании действуют оба: один проговаривает свои эмоции, другой специальным образом слушает (45).

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

2.1. Организация исследований

1 этап – на протяжении всего процесса обучения с 2010 по 2014 год мы осуществляли сбор и анализ литературных источников, научных исследований по теме «совершенствование процесса формирования туристических знаний и навыков бакалавров»

2 этап – с сентября по декабрь 2011 года мы провели анкетирование. Для того чтобы выяснить представление спортсменов–единоборцев о туризме как виде спорта, нами было проведено анкетирование (n=100). Из них 64% женщин, 36% мужчин.

3 этап – с января по май 2012 году нами было проведено наблюдение, которое проходило в заповеднике «Столбы». Целью нашего наблюдения было выяснить, можно ли туризм считать отдыхом. И как люди приспособлены к походам, в данном случае в заповедник «Столбы».

4 этап – с октября по ноябрь 2012 года нами был проведен первый педагогический эксперимент. Перед началом эксперимента нами было проведено контрольное тестирование среди студентов трех (1–3) курсов, чтоб выяснить уровень из знаний в дисциплине «Туризм».

5 этап – с ноября до мая 2012 года мы продолжали проведение педагогического эксперимента. У студентов второго курса года мы проверили остаточные знания по дисциплине «Туризм». Спустя год, данные студенты показали хорошее знание данной дисциплины.

6 этап – в 2013 году нами были написаны методические рекомендации «Теория и методика обучения базовым видам спорта (туризм)».

7 этап – с апреля 2014 года по май 2015 года – подведение итогов всех исследований, статистическая обработка полученных результатов.

2.2. Методы исследований

1. Анализ литературных источников – этот метод мы использовали для выяснения основных вопросов, связанных с возрастными особенностями занятий боксом. Нами были проанализированы современные литературные источники по проблемам психологических и физиологических особенностей боксеров разных возрастных групп.

2. Анкетирование – наиболее распространенный метод сбора информации. Опрос предусматривает письменное обращение исследователя к определенной совокупности людей. Анкетирование проводилось с целью выяснения знаний о туризме. В анкетировании приняли участие 100 респондентов различного возраста и спортивного разряда.

3. Педагогическое наблюдение – метод сбора данных, который заключается в преднамеренном, целенаправленном, систематическом непосредственном восприятии и регистрации фактов, подвергающихся контролю и проверке. В наблюдении была поставлена Выявить уровень туристических знаний и навыков туристов-любителей (в том числе спортсменов-единоборцев) посредством наблюдения.

4. Педагогический эксперимент – это запланированное вмешательство исследователя в процесс изучаемого явления.

5. Контрольные упражнения – применялись нами с целью выявления эффективности разработанной нами методики, направленной на повышение уровня физической подготовленности боксеров. Контрольные упражнения применялись в начале и конце экспериментального периода.

6. Статистическая обработка результатов – обработка полученных данных в ходе исследований при помощи методов математической статистики. Нами проводились вычисления достоверности, разности средних значений по t–критерию Стьюдента.

ВЫВОДЫ

1. Туризм - наиболее эффективное средство удовлетворения потребностей в отдыхе, так как он сочетает различные виды деятельности - оздоровление, познание, восстановление производительных сил человека. Туризм - составная часть здравоохранения, физической культуры, средство духовного, культурного и социального развития личности.

2. Спортивный туризм, который в России принято называть активным туризмом, включает походы по маршрутам определенной категории сложности и соревнования по технике туризма. Он нацелен на повышение мастерства туристов, совершенствование маршрутов, отработку различных приемов страховки и освоение новых видов снаряжения. Как и в спорте, в туризме существуют ступени (разряды) и звание «Мастер спорта России». Сложность похода определяется категорией сложности маршрута.

3. Выявлено (по результатам анкетирования), что большинство опрошенных студентов (70%) считают, что туризм – это вид спорта, очевидно, что самым благоприятным временем года для туризма является лето (61%), при этом большинство (39%) респондентов дольше, чем на день, не желают задерживаться в походе.

4. Установлено (по результатам педагогического наблюдения - беседа), большинство респондентов люди старше 30 лет. Наибольшее количество респондентов не владеют знаниями техники безопасности во время туристического похода. Основной целью является сохранение и укрепление здоровья.

5. Выявлено, что составленные фрагменты занятий позволяют повысить уровень знаний и представлений о туризме, следовательно, использование их является эффективным средством для обучения студентов на начальном этапе изучения дисциплин.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. В процессе формирования туристических компетенций необходимо акцент делать на формировании именно практических навыков, то есть большую часть времени проводить в реализации конкретных жизненных задач, лежащих в области туризма.
2. Преподавателям дисциплин согласно учебного плана вуза, прямо или косвенно связанных с обучением студентов туризму, включать в программу обучения в преобладающем количестве практические занятия (от завязывания узлов до собственно походов), создавать условия для формирования туристических компетенций обучающихся.
3. Разработанные фрагменты занятий, включенные в методические рекомендации «Теория и методика обучения базовым видам спорта (туризм)», Красноярск, 2013, могут быть использованы в образовательном процессе учебных заведений, предполагающих изучение дисциплин, связанных с туризмом.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Организация и проведение соревнований по настольному теннису [Электронный ресурс]. URL: http://okafish.ru/tennis/155_165.htm (дата обращения 27.05.2014).
2. Спортивная организация [Электронный ресурс]. URL: <http://www.prazdnuem.ru/expert/sport/> (дата обращения 12.03.2014).
3. Воспитательная система школы «Я – гражданин России» [Электронный ресурс]. URL: <http://74442s002.edusite.ru/p76aa1.html> (дата обращения 12.03.2013).
4. Минькова Н.В. «Лебедь, рак и щука»: РПЦ, государство и массовая культура в борьбе за молодежь (взгляд практика) М.: МосГУ, 2009.
5. Образ студенческой молодежи современной России [Электронный ресурс]. URL: http://www.mosgu.ru/nauchnaya/scientific_projects/2007/image_students/ (дата обращения 3.03.2015).
6. Физическое воспитание студентов с использованием личностно-ориентированного содержания технологий избранных видов спорта: учебное пособие. Томск: Томский государственный университет, 2005. 176 с.
7. Большая Российская энциклопедия / под ред. Ю.С.Осипова. М.: Инфра-М, 2004.
8. Барчуков И.С. Физическая культура: учебное пособие для вузов. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2003. 255 с.
9. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2006. 368 с.
10. Физкультурно-оздоровительное движение, спорт, состояние и перспективы развития в современном обществе / под ред. С.И. Веневцева. Красноярск, 2006. 292 с.
11. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. 2 –е изд., испр. М.: Советский спорт, 2004. 464 с.

12. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: учеб. для студ. высшего пед. учеб. заведений / Ю.Д.Железняк (и др.)/под ред. Ю.М. Портнова. 2 – е изд., стереотип. М.: Издательский центр «Академия», 2004. 520 с.
13. Спортивно-оздоровительный туризм: учеб. / под общ. ред. Ю.Н. Федотова. М.: Советский спорт, 2003. 328с.
14. Туристические походы выходного дня: практические советы новичкам. 3–е изд. Мн.: Полымя, 1990. 78с.
15. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристические лагеря. М.: Гуманит.изд.центр, 2000. 150 с.
16. Энциклопедия для детей / под ред. В.А.Володин. М.: Аванта, 2001. 624 с.
17. Барабанов А.Г. Спортивные игры народов как фактор миротворчества // Спортивная культура России. 2004. №2. С. 11–13.
18. Горпиченко Е.И. Информативность различных систем оценки функциональных физических способностей женщин зрелого возраста. //Теория практика физической культуры / Е.И. Горпиченко. 1991. № 2. С. 45-47.
19. Петросян С.А. О студенческом самоуправлении // Консультация преподавателю. – 1990.
20. Иванов Г.Д. Физическое воспитание в вузе как часть физической культуры //Теория и практика физической культуры. 1993. №3. С. 17-19.
21. Жарков А.Д. Организация культурно-просветительной работы: учеб. пособие для студентов ин-тов культуры. М.: Просвещение, 1989. 237 с.
22. Новиков Б.И. Здоровье и физическая культура личности //Здоровье народа богатство страны. 1989. 160 с.
23. Барчуков И.С., Назаров Ю.Н., Егоров С.С. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального

образования МВД России. М.: ЮНИТИ. 2013. 431с.

24. Теоретическая подготовка юных спортсменов: пособие для тренеров ДЮСШ / Ю.Ф. Буйлин, З.И. Знаменская, Ю.Ф. Курамшин [и др.]. М.: Физическая культура и спорт, 1981. 192с.

25. Физкультурно–оздоровительное движение / под ред. С.И. Веневцева. Красноярск: красноярский гос.пед.ун–т им. В.П.Астафьева, 2006. 292с.

26. Зайцев В.М. Теоретические основы игры. Ангарск. 2004.

27. Степанян Е.А., Степанян Г.В. Роль физической культуры и спорта в профилактике вредных привычек // Физкультурно-оздоровительное движение. Спорт. Состояние и перспективы развития в современном обществе: материалы III Российской научно практической конференции с международным участием. Красноярск, 11-12 октября 2006 г. Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2006. С. 222-224.

28. Травин Ю.Г. Бегай на здоровье. М.: Советский спорт, 1988. 48 с .

29. Гамза Н.А. Подружитесь с физкультурой. Минск: Полымя, 1985. 256 с.

30. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. Москва: Просвещение, 2008.

31. Настольная книга учителя физической культуры / под ред. проф. Л.Б. Кофмана; Авт.–сост. Г.И. Погадаев; Предисл. В.В. Кузина. М.: Физкультура и спорт, 1998. 496 с.

32. Спортивный туризм в России [Электронный ресурс]. URL: <http://www.tssr.ru/main/structura/history/592/> (дата обращения 11.02.2013).

33. Классификация видов туризма [Электронный ресурс]. URL: <http://referat.yabotanik.ru/turizm/klassifikaciya-vidov-turizma/100103/94013/page3.html> (дата обращения 11.02.2013).

34. Специфика экстремального туризма [Электронный ресурс]. URL: <http://allrefs.net/c47/4fb3t/p25/> (дата обращения 11.04.2014).

35. Физическая культура и спорт XXI века / под ред. В.И.Усакова. Красноярск: Гротеск, 2002. 304 с.
36. Туризм и здоровье [Электронный ресурс]. URL: <http://www.meding.ru/p1.htm> (дата обращения 11.02.2013).
37. Е.В. Востоков, И.В. Востоков. Спортивно оздоровительный туризм в России // Искусство и путешествия. 2007.
38. Спортивно оздоровительный туризм в Российской Федерации [Электронный ресурс]. URL: http://www.profz.ru/turism_8.html (дата обращения 11.02.2015).
39. Структура и принцип деятельности красноярского городского клуба туристов [Электронный ресурс]. URL: <http://www.sibterra.ru/totourist/organizations/detail.php?ID=1746> (дата обращения 11.02.2014).
40. Сергеева, С. А. Туризм как эффективное средство физического и нравственного воспитания школьников : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / С. А. Сергеева. – М., 1996. – 185 с.
41. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. Правила соревнований по туризму [Электронный ресурс]. URL: http://tourlib.net/books_tourism/turpohod10.htm (дата обращения 11.02.2012).
42. Энциклопедия русские традиции. Туризм / под ред. К.А. Крылова. 1998.
43. Ашмарин Б.А., Вилевский М.Я., Грантынь К.Х. Теория и методика физического воспитания: учебное пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин-тов. М.: Просвещение, 1979. 360 с.
44. Психологические особенности мотивации спортсменов [Электронный ресурс]. URL: <http://bibliofond.ru/view.aspx?id=479859> (дата обращения 1.06.2013).
45. Проговаривание трудных эмоций [Электронный ресурс]. URL: http://www.psychologos.ru/articles/view/progovarivanie_trudnyh_emocij (дата обращения 1.06.2013).

46. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]. URL: <http://referat.kulichki.net/files/page.php?id=19103> (дата обращения 1.04.2012).
47. Методики для развития мозга [Электронный ресурс]. URL: <http://www.braintools.ru/article/519> (дата обращения 1.04.2012).
48. Речевая ритмика [Электронный ресурс]. URL: <http://nsc.1september.ru/article.php?ID=200304503> (дата обращения 2.04.2012).
49. Техника быстрого чтения [Электронный ресурс]. URL: <http://hippocrate.narod.ru/t/tehnika.htm> (дата обращения 2.04.2012).
50. Васин В.А. Спортивные организации и проведение соревнований // Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс]. URL: <http://lib.sportedu.ru/Press/tpfk/1999N9/p28-30.htm> (дата обращения 8.05.2013).
51. Организация и планирование УТП и спортивных соревнований [Электронный ресурс]. URL: http://studopedia.ru/3_52953_planirovanie.html (дата обращения 8.08.2014).
52. Организация и оформление спортивных мероприятий [Электронный ресурс]. URL: http://www.aerocreativ.ru/oformlenie_sport.htm (дата обращения 8.08.2014).
53. Правила соревнований по спортивному туризму [Электронный ресурс]. URL: http://www.tmmoscow.ru/norm_doc/reg_play/regplay08.htm (дата обращения 8.08.2014).
54. Туризм в Красноярском крае [Электронный ресурс]. URL: <http://www.rostur.ru/interview/452/index.shtml> (дата обращения 8.08.2014).
55. Управление процессом интеграции спортивных и оздоровительных технологий в учебный процесс физкультурного образования студентов // Теория и практика физической культуры. 2004. № 11. С. 44-48.
56. История зарождения спорта [Электронный ресурс]. URL: <http://zdorovosport.ru/history.html> (дата обращения 8.08.2014).
57. Олимпийские Игры [Электронный ресурс]. URL: http://u4ilka2005.narod.ru/Olympik/Vid_sport/Vid_sport.html (дата обращения

8.08.2014).

58. История физической культуры и спорта в России [Электронный ресурс]. URL: <http://www.ref.by/refs/89/20129/1.html> (дата обращения 8.08.2014).

59. История развития спортивного туризма России [Электронный ресурс]. URL: http://sdushortambov.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=123&Itemid=73 (дата обращения 8.08.2014).

60. Организация туристических походов [Электронный ресурс]. URL: <http://referatz.ru/works/194473/> (дата обращения 8.08.2014).

61. Организация и подготовка спортивного туристского похода: методические рекомендации [Электронный ресурс]. URL: http://www.skitalets.ru/books/metod/org_tp/ (дата обращения 14.10.2014).

62. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. М.: Физкультура и спорт, 1987. 240 с.

63. Организация похода и приготовление пищи в походных условиях [Электронный ресурс]. URL: http://www.norge-info.ru/organizatsija_pohoda_prigotovlenie_pishi_v_normalnih_uslovijah.html (дата обращения 14.10.2014).

64. Выбор вида туристического похода [Электронный ресурс]. URL: http://tourlib.net/statti_tourism/pohod.htm (дата обращения 14.10.2014).

65. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я., Булатов В.Г. Туризм и спортивное ориентирование [Электронный ресурс]. URL: http://tourlib.net/books_tourism/ganopolsky19.htm (дата обращения 14.10.2014).

66. Пешеходный туризм [Электронный ресурс]. URL: http://nkosterev.narod.ru/met/prog_pew.html (дата обращения 14.10.2014).

67. Основные направления развития туризма [Электронный ресурс]. URL: http://tourlib.net/statti_tourism/kureljuk.htm (дата обращения 14.10.2014).

68. Примерные учебные планы и программы подготовки кадров для СТ [Электронный ресурс]. URL: <http://tourism.perm.ru/kristall/mkk/svu2009/prim.htm> (дата обращения 14.01.2015).

69. Борисова И.В. Из опыта организации путешествий [Электронный ресурс]. URL: <http://www.edu-eao.ru/index.php/pedagogicheskij-vestnik-eao/item/1207-iz-opyta-organizatsii-puteshestvij> (дата обращения 14.01.2015).

70. Завьялова Т.П. Методика использования средств туризма в физическом воспитании детей: дис. ... канд. пед. наук, Омск, 2000. 172 с.