

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України
Державний заклад
„Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка”
Інститут фізичного виховання і спорту

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

*Матеріали
регіональної науково-практичної конференції*

2 – 3 квітня 2013 року
м. Луганськ

У двох частинах

Частина перша

Луганськ
ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”
2013

Бугеря О. О. Теоретичні та правові основи розслідування злочинних дій, учинених в умовах надзвичайних ситуацій.....	56
Бугеря Т. М. Проблеми професійної підготовки майбутніх учителів основ здоров'я.....	59
Букиша С. Б., Козлова Г. В., Выхарева Е. А. Аутогенная тренировка и эндогенное дыхание в реабилитации при гипертонической болезни.....	63
Букиша С. Б., Лобко В. С. Дыхательная гимнастика Стрельниковой при хроническом обструктивном бронхите.....	69
Бурлакова Т. Л. Сім'я і школа як основні засоби у формуванні здорового способу життя молодших школярів.....	74
Бутова Н. О. Вітчизняні й зарубіжні підходи до управління якістю освітнього процесу в загальноосвітніх школах.....	77
Васецкая Н. В. Возрождение национальных традиций физической культуры в Украине.....	83
Васецкая Н. В. Педагогические возможности туризма как средства воспитания подростающего поколения.....	87
Васильченко Т. І., Кірко С. А. Формування у студентів усвідомленої потреби у фізичному самовдосконаленні.....	92
Воробьёва М. В., Хмаренко И. Ю. Кардиотренировка как одна из основ гармоничного физического развития человека.....	96

Можно с уверенностью говорить, что народные состязания являются устойчивым элементом культуры всех традиционных обществ и выполняют принципиально важные функции в жизни общества и каждого его члена.

Социальное значение народных состязаний-соревнований столь велико, что сегодня они трансформировались в спортивные виды борьбы (греко-римская, вольная, самбо и т.п.), бокс, сават и т.д. В основе этих направлений лежат традиционные приёмы физического спорта различных народов. Одним из традиционных видов украинского боевого танца является гопак. В современном обществе для многих народов традиционные виды физической культуры становятся способом национально-культурной идентификации. Народ сохраняет свою идентичность благодаря особенностям традиционной культуры. Национально-культурная идентификация представляется важнейшим элементом гражданско-патриотического воспитания и сохранения национальной самобытности [3, 845]. Таким образом, сегодня национальные состязания должны стать важным компонентом формирования и становления физической культуры и спорта.

Явления традиционной физической культуры в социальной сфере выступают обычно и как некие знаки, выражающие, в частности, принадлежность к определенной этнической общности.

Ученые полагают, что тот или иной компонент традиционной физической культуры выполняет такую знаковую функцию прежде всего тогда, когда сами носители определяют его как типичный для своего народа, отличный от подобных явлений у других этносов.

Выводы. Анализ прочитанных источников позволил нам сделать вывод, что на настоящий момент проблема возрождения духовного состояния нашего народа поднимается „с колен” и ставится как культурный аспект нации, который нельзя игнорировать. Создаются кружки и секции народных танцев, народных боевых танцев и боевых искусств. Таким образом, культура физического и духовного развития гражданина стала интересовать окружающих и выносятся на массовые обсуждения. Хореографические и спортивные коллективы нашей страны принимают участие как в областных, всеукраинских, так и в международных конкурсах-фестивалях, где занимают почетные места. Следовательно, наши соотечественники и мы с вами имеем дальнейшую возможность и цель совершенствоваться и достигать все более высоких вершин в своём мастерстве.

Литература

1. Горбунов Б. В. Воинская состязательно-игровая традиция в народной культуре русских / Б. В. Горбунов. – М., 1999. – С. 209-211;

2. Тедоразде А. С. Русские рукопашные состязания как явление социальной истории аграрного общества. Тамбовская губерния, вторая половина XIX – первая половина XX вв.: дис. ... канд. истор. наук: 07.00.02. / Тедоразде Анатолий Северьянович. – Тамбов, 2002. – 169 с.; 3. Чесноков Б. М. Русская народная борьба / Б. М. Чесноков // Теория и практика физической культуры. – М., 1955. – № 11. – С. 842-847; 4. <http://www.battleart.ru/gop.htm>, 5. <http://mari-sard.livejournal.com/44950.html>.

Н. В. Васецкая (Луганск)

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ТУРИЗМА КАК СРЕДСТВА ВОСПИТАНИЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ

ГУ „Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко”

В статье существенным образом раскрыта культурная ценность туризма, влияние его и особенности сознания (интересов, установок, ценностных ориентаций и т.п.) на тех людей, которые вовлечены в занятие туризмом, стремятся использовать его в определенных целях, организуют эти занятия и соревнования по туризму. Таким образом, в данной статье рассматривается вопрос о социально-культурном потенциале туризма.

Ключевые слова: туризм, культура, ценность, поход, потенциал.

Постановка проблемы: Туризм представляет собой эффективное средство физического и нравственного совершенствования человека. Можно говорить о его уникальности как в плане разрешения насущных проблем отдельно взятого человека, так и различных социальных групп. Многочисленные научные исследования показывают, что на психофизиологические параметры человеческого организма напрямую благотворно влияет объем его двигательной активности. Практически все население страны в той или иной мере использует положительный потенциал, заложенный в спортивно-оздоровительном туризме, и в первую очередь, оздоровительный эффект ходьбы и естественное благотворное влияние природной среды.

Культурная ценность туризма зависит от его разновидности (международный, внутренний; плановый самостоятельный; познавательный, оздоровительный, спортивный; поездка, поход, соревнование, слет и т. д.), а эстетическая значимость какого-то вида

туризма – прежде всего от того, в какой мере в нем представлены те или иные эстетические ценности.

Анализ последних исследований и публикаций: Вопрос о социально-культурном потенциале туризма был широко раскрыт рядом авторов: И. Дрогов, П. Истомин, В. Кукшанов, С. Новикова [2; 3; 6; 7]. Они в своих работах рассматривают значимость и ценность туризма.

Цель: определить ценность туризма и его значимость в нашей жизни.

Результаты исследования: Анализ научной литературы, посвященной спортивно-оздоровительному туризму, показал, что практически отсутствуют исследования динамики изменения психофизиологических показателей организма людей, систематически занимающихся туризмом. В основном решались и решаются проблемы, связанные со спортивной составляющей туризма, а именно с критериями психофизиологических параметров организма, на основании которых можно определить возможность участия конкретного спортсмена в конкретном походе определенной категории сложности.

Спортивный самостоятельный туризм является своеобразным видом спорта, занимаясь которым, человек гармонично развивается как физически, так и духовно. Кроме того, каждый FOIL туристы проводят слеты на уровне района, города или области, во время которых проходят соревнования по технике туризма и разнообразные конкурсы, связанные с искусством. Спорт и искусство тесно переплетены в спортивном самостоятельном туризме [4, 34-35].

Огромное воздействие оказывает туризм на духовное развитие людей и не только влияет на здоровье, физическое развитие человека, расширяет его кругозор, но и создает условия для полного самовыражения и реализации творческих способностей, преодоления разрыва в физическом и духовном развитии каждого человека.

Интересы, ценностные ориентации туристов находятся в прямой зависимости, как от наличия туристского опыта, так и от возраста. Если дети при выяснении культурных ценностей туризма на первое место ставят физическую культуру, физическое совершенствование человека, а расширение кругозора – на третье, то для взрослых, имеющих определенный туристский опыт, главными становятся именно познавательные ценности.

Все туристы отмечают связь туризма и культуры во всех ее многогранных проявлениях, а также позитивное влияние занятий туризмом не только на физическое, но и на культурное, духовное.

эмоциональное нравственное развитие человека. Занимающиеся самостоятельным туризмом, как правило, связаны с каким-либо видом искусства или даже с несколькими: кто-то сочиняет стихи, кто-то поет песни, кто-то рисует или собирает разнообразные коллекции, кто-то фотографирует или снимает кинофильмы, – и все это или во время похода, или после его окончания, под впечатлением увиденного, пережитого и испытанного чаще всего. Все эти занятия являются неотъемлемой частью любого спортивного похода [6, 48-49].

Педагогические факторы туризма разнообразны. Это обусловлено наличием большого количества форм и видов туризма. Так как в работе рассматривается самостоятельный туризм, то остановимся на том, какие педагогические факторы проявляются в работе туристских клубов и школ туристской подготовки различного уровня, в том числе при проведении туристских мероприятий, таких, как походы, слеты, соревнования и т.п.

Основными педагогическими факторами туристской работы являются: эмоциональное влияние; туристское общение; самостоятельность; рекреационность.

Устное слово, печать, наглядные средства – главные „носители” эмоционального воздействия. Ни одно из этих средств не универсально: в туристской работе они используются в сочетании друг с другом. Необходимо отметить, что в работе клубов и школ туризма применяются хорошо отработанные на практике методические разработки.

Туристское общение имеет целью совместное освоение участниками ценностей туризма, обмен ими. В туристской деятельности это проявляется в избирательных и добровольных контактах, а именно в регулярных занятиях клубных комиссий и школ и в нерегламентированных групповых занятиях. Важнейшим аспектом туристской работы является социальное творчество, присущее в той или иной мере почти всем туристским занятиям и особенно активно развивающееся в туристских группах. Их повседневная жизнь сама вырабатывает и развивает бескорыстие, коллективизм, стремление и умение сотрудничать, помогать товарищам [7, 75-77].

Туризм, и особенно самостоятельный с его богатым содержанием различных действий (самообслуживание, преодоление различных препятствий и жизненных трудностей, проверка знаний, умений, способностей и т.д.), является прекрасным средством самовоспитания, которое основано на необходимости „включения” человеком волевых усилий. Последние связаны с мышечным напряжением, напряжением

внимания, преодолением утомления, чувства страха, неуверенности, соблюдения определенного режима в путешествии.

Одна из функций туризма состоит в том, чтобы снять утомление, дать человеку физическую и психологическую разрядку, что способствует восстановлению и дальнейшему развитию его физических и духовных сил. При этом следует учитывать и факторы более широкого назначения, а именно: перемена занятий (самый универсальный фактор отдыха); непринужденность и нерегламентированность общения; движение; общественно полезная работа на время туристских мероприятий. Здесь важно то, что туристская работа достаточно разносторонняя и сочетает удовлетворение потребностей людей в отдыхе и здоровом развлечении с просветительными и воспитательными задачами.

Необходимо также отметить, что существуют специфические принципы, методы и формы туристской работы. Например, если рассматривать отдельное туристское мероприятие как относительно замкнутое звено воспитательного процесса, то основной формой управления этим процессом окажется в данном случае положение о слете, соревновании, план маршрута, которые играют роль педагогических программ, обеспечивающих решение конкретных воспитательных и других задач. Одной из таких программ является программа „СпАрт-туризм”.

Именно на синтез спорта и искусства нацелен международный проект под названием „СпАрт” (это название образовано из трех английских слов: „Sport” – спорт, „Spirituality” – духовность, „Art” – искусство). Автором проекта, президентом Координационного комитета спартианского движения является В. И. Столяров.

Сейчас стали возникать разные кооперативные формы работы по туризму, кооперативы по оказанию отдельных видов услуг и производящие туристское снаряжение. Организаторами их являются в основном бывшие самостоятельные туристы, хорошо знающие специфику разных видов туризма, потребности, которые возникают или могут возникнуть у населения, а также более рационально, быстро и качественно реализующие эти потребности (будь то какое-то снаряжение, поход в какой-то район и т.д.)

Выводы. Из вышеизложенного следует, что туризм (в первую очередь самостоятельный) не только является важной составной частью в системе воспитания школьников, но также влияет на физическое и культурное развитие людей, занимающихся им независимо от возраста и профессии. Занятия туризмом способствуют всестороннему и гармоничному развитию человека, что подтверждает необходимость

широкого распространения туризма и использования не только традиционных, но и новых форм его организации. Туризм – продукт долгого исторического развития. Он существовал задолго до нашей эры, и его становление и развитие тесно связаны с историей общества. Чем более высокий уровень развития общества, тем более развитые виды и формы туризма в нем возникают, что, в свою очередь, дает возможность в большей степени раскрыть для людей его культурную ценность. В настоящее время в мире возникла целая „индустрия” туризма с громадным разнообразием форм реализации культурных потребностей человека: эстетических, оздоровительных, познавательных и многих других. Но, несмотря на значительный культурный потенциал существующих форм организации туризма, возможности для его существенного повышения далеко не исчерпаны, что подтверждается вышеизложенными данными о новых резервах туризма.

Литература

1. **Гончаров И. Ф.** Действительность и искусство в эстетическом воспитании школьников : Из опыта работы учителя / И. Ф. Гончаров. – М. : Просвещение, 1978. – 160 с.;
2. **Дрогов И. А.** О месте самостоятельного (спортивно-массового туризма в системе воспитания и оздоровления человека) / И. А. Дрогов // Научные проблемы туризма и отдыха : Бюлл. науч.-тех. информ. – М. : ЦРИБ „Турист”, 1990. – № 8. – С. 58-64;
3. **Истомин П. И.** Туристская деятельность школьников : вопросы теории и методики / П. И. Истомин. – М. : Педагогика, 1987. – 96 с.;
4. **Истомин П. И.** Организация массового самостоятельного туризма / П. И. Истомин, В. И. Симаков. – М. : ЦРИБ „Турист”, 1986. – 56 с.;
5. **Квартальный В. А.** Туризм социальный : история и современность / В. А. Квартальный, В. К. Федорченко. – К. : Вища шк., 1989. – 341 с.;
6. **Кукшанов В. В.** Родной край и эстетическое воспитание школьников-туристов / В. В. Кукшанов, М. В. Чернякин // Эстетическое воспитание учащихся в туристско-краеведческой работе. – Свердловск : Свердлов. гос. пед. ин-т., 1994. – Вып. 234. – С. 46-60;
7. **Новикова С. С.** Культурные ценности туризма / С. С. Новикова, В. Е. Сазонов // Проблемы и программы туристско-рекреационного использования природного и историко-культурного потенциала в регионах России. Сб. науч. тр. – М, 1995. – С. 72-82.