



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



РОССИЙСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
СПОРТА «ГЦОЛИФК»



МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО
ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ ИМ.
А.А. ОСТАПЦА-СВЕШНИКОВА



ФЕДЕРАЦИЯ СПОРТИВНОГО
ТУРИЗМА РОССИИ

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОСТОЯНИЯ И РАЗВИТИЯ РЕКРЕАЦИИ, СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО И ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА

*Материалы Всероссийской научно-практической
конференции с международным участием*

Москва 2022

УДК 379.85
ББК 75.81

Редакционная коллегия:

Дрогов Игорь Алексеевич – кандидат педагогических наук, доцент, Мастер спорта СССР, доцент кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма РУС «ГЦОЛИФК», вице-президент МАДЮТК, член президиума ФСТР.

Смирнов Дмитрий Витальевич – доктор педагогических наук, доцент, ведущий научный сотрудник ФГБНУ «Институт стратегии развития образования Российской Академии образования», президент Международной общественной организации «Международная академия детско-юношеского туризма и краеведения им. А.А. Остапца-Свешникова» (МАДЮТК).

Актуальные вопросы состояния и развития рекреации, спортивно-оздоровительного и детско-юношеского туризма: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, 16 декабря 2022 г. (РУС «ГЦОЛИФК») / Под общ. ред. Дрогова И.А., Смирнова Д.В. – М., 2022. – 254 с.

В сборник вошли научные доклады, статьи и выступления, представленные участниками Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. В публикациях освещаются различные содержательные, научно-методические, организационные и практические аспекты управления и развития туристской деятельности в России, Китайской Народной Республике, Республике Казахстан, Узбекистане; кадрового обеспечения системы детско-юношеского туризма и краеведения, спортивно-оздоровительного туризма; средств и форм организации путешествий, походов и экспедиций для физического и духовно-нравственного развития личности; гражданского и патриотического воспитания; обеспечения безопасности при организации и проведении массовых спортивно-оздоровительных и туристско-краеведческих мероприятий, спортивных походов, современных технологий физического воспитания, физкультурно-оздоровительной деятельности. Издание адресовано руководителям органов управления систем физической культуры, спорта и образования, организации летнего отдыха и оздоровления детей и подростков: руководителям общеобразовательных школ и организаций дополнительного образования детей, педагогам дополнительного образования, организаторам воспитательной работы, научным сотрудниками, магистрантам, аспирантам, докторантам, краоведам и широкой туристско-краеведческой общественности интересующимся опытом работы в системе детско-юношеского и спортивно-оздоровительного туризма.

ISBN 978-5-6047464-4-8

© РУС «ГЦОЛИФК», 2022

Содержание

УПРАВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РОССИИ

Дрогов И.А.	7
О возможных направлениях повышения эффективности и качества управления детско-юношеским спортивно-оздоровительным туризмом	
Константинов Ю.С.	13
Как зарождался детский туризм в России	
Красноперов Н.В., Сойма К.В.	22
Развитие туристического бизнеса в России	
Нирозникова В.А.	26
Перспективные направления применения информационных технологий в спортивном туризме	
Панов И.И.	31
Анализ результатов деятельности маршрутно-квалификационных комиссий образовательных организаций в 2021 г.	
Сяо Цзе, Гониянц С.А.	35
Swot-анализ проблем развития туристско-рекреационной среды провинции Хэнань	
Ткачёва А.В.	41
Современное состояние развития туризма между РФ и КНР	
Харланов Н.А.	46
Актуальные вопросы организации работы детского некоммерческого объединения в современном мире на примере клуба «Рубеж» Федерации Следопытов России	
Шишова А.А.	50
Туризм и молодежная политика: нормативно-правовой аспект	

ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИИ МАССОВЫХ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ, ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ, ЭКСПЕДИЦИЙ, ЛАГЕРЕЙ

Губаненков С.М.	54
О применении методик категорирования туристских маршрутов при выпуске детских групп в самостоятельные походы, экспедиции, сборы	

Колчанова Г.А., Колчанова Н.Ю., Подъячев А.В. 65
Растим активных граждан России: проект Нижегородского областного туристского клуба «юные туристы-спасатели»

Михайлова М.Г. 71
Специфика травматизма в спортивно-оздоровительном туризме

Орлов Д.В. 76
Организация тёплого ночлега в лесу

МЕТОДИКИ И ТЕХНОЛОГИИ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ С ПОМОЩЬЮ АКТИВНОГО ТУРИЗМА

Алейникова А.А. 80
Физические качества, средства, методы их развития, преобладающие в туризме

Алексеев А.А., Жариков Н.Н., Силаев М.Е., Табарин В.Н. 83
К вопросу влияния туристических походов на развитие физических и морально-нравственных качеств личности в подростковом возрасте

Ашубаева А.Р., Безоян Н.Г. 88
Путешествие как способ эффективного развития личности

Колесов В.И. 92
Роль туризма в системе физического воспитания детей дошкольного возраста

Корнукова И.А. 96
Развитие физической активности школьников в рамках спортивно-оздоровительного туризма

Порожский К.П. 100
Опыт использования президентских грантов для развития активного туризма

Рубис Л.Г. 106
Физическое и духовно-нравственное развитие студентов средствами спортивно-оздоровительного туризма

Сираковская Я.В., Ильичева О.В. 110
Повышение морфо-функционального состояния школьников 13-15 лет на рекреационно-оздоровительных занятиях по туризму

СРЕДСТВА И ФОРМЫ ПУТЕШЕСТВИЙ, ПОХОДОВ И ЭКСПЕДИЦИЙ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО И ДУХОВНО- НРАВСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

Головина Н.С., Петрачева И.В.	117
Отношение родителей к участию детей в проекте «300 ПВД» ГБУ «Лаборатория путешествий»	
Горохова Н.П., Ткаченко С.С.	121
Проблемы и перспективы развития инклюзивного туризма в России	
Замалетдинов И.В.....	127
Воспитание на туристской тропе	
Имангулова Т.В.	135
Нормативные требования к туристским маршрутам в детско- юношеском туризме	
Комарова Н.Ф.	142
Краеведческая экспедиция как способ патриотического воспитания на примере краткосрочной дополнительной образовательной общеразвивающей программы «Подымахино – наш дом родной»	
Корогодин Е.Р.	146
Организация разведывательных походов как формы физического и духовно-нравственного развития старших школьников и студентов	
Неделина Д.И., Андропова Е.М.	152
Особенности развития регионального глэмпинга как новая форма развития экологического туризма	
Скрыгин С.В., Скрыгин С.С., Скрыгин Т.С.	157
Духовно-нравственное развитие личности в условиях туристических походов	
Совин Е.А., Сумарев Д.С., Строшкова Н.Т.	162
Перспективы развития туризма в Крыму и городе Севастополе	
Широкова В.Е., Андропова Е.М.....	166
Проблемы и перспективы развития эзотерического туризма	

ПУТИ РЕШЕНИЯ КАДРОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СИСТЕМЫ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ, СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

- Бабинцев Ю.М. 172**
Структура подготовки инструкторов и педагогов для детского палаточного лагеря, направление «водный туризм»
- Губаренко А.В., Абдикаримова М.Н., Пестова А.А. 178**
Практический подход к гуманизации туристского образования
- Муха Е.Д. 182**
Методика психолого-педагогической подготовки помощников руководителей детского объединения на основе следопытского метода
- Николаева В.А. 187**
Реализация программы курса опытных следопытов как пример подросткового морально-нравственного воспитания в общественном объединении
- Сыроежин А.С. 191**
Применение метода разделения внимания при обучении завязыванию узлов, применяемых в туризме для повышения уровня остаточных знаний у новичков

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕКРЕАЦИЯ, СПОРТИВНЫЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ

- Диденко А.С., Андропова Е.М. 197**
Роль мероприятия рекреационной направленности для гандбольных арбитров, участвующих в обучающих семинарах
- Ильичева О.В., Сираковская Я.В. 202**
Методика организации рекреационно-оздоровительных занятий со студентами на основе использования элементов миофасциального релиза
- Петрачева И.В. 207**
Роль соревнований по рогейну в популяризации активного семейного отдыха
- Терсков А.О., Сиднева Л.В. 211**
Отношение клиентов спортивно-оздоровительного клуба «Crocus Fitness» к социальным медиа ресурсам организации

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Гэ Тяньчжень, Гониянц С.А.	219
Совершенствование физического воспитания учащихся старшей школы КНР средствами спортивного ориентирования	
Дианова А.А., Высоцкая Е.А.	225
Развитие туризма в городской среде в рамках занятий физической культурой	
Корцова П.С., Резенова М.В.	229
Анализ мотивов работников профессий «человек-человек» к занятиям в фитнес клубе	
Овезбердыева М.Д., Гониянц С.А.	235
Особенности методики воспитания основных двигательных- координационных способностей у детей 4-6 лет, занимающихся оздоровительным фигурным катанием	
Петеян А.Г., Лейбович А.С.	240
Основные проблемы при проведении занятий по физической культуре в высшем учебном заведении	
Суховацкая Я.С., Резенова М.В.	243
К вопросу о переносе двигательных способностей	
Фролова С.С.	249
Квест как современная педагогическая технология физического воспитания студентов колледжа физической культуры и спорта	

УПРАВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РОССИИ

УДК 34.03

О ВОЗМОЖНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ И КАЧЕСТВА УПРАВЛЕНИЯ ДЕТСКО- ЮНОШЕСКИМ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ТУРИЗМОМ

Дрогов И.А.

***Аннотация.** В статье освещаются проблемы и ставятся задачи требующие решения для развития и совершенствования системы управления детско-юношеским спортивно-оздоровительным туризмом. Рассматриваются предложения по разработке и реализации комплекса мер по повышению эффективности и качества управления детско-юношеским спортивно-оздоровительным туризмом, пропаганде туризма и активного отдыха - важнейшей составляющей здорового образа жизни подрастающего поколения россиян. Предложения по развитию организационно-управленческого, кадрового, научно-методического, потенциала туристско-краеведческой деятельности.*

***Ключевые слова:** детско-юношеский спортивно-оздоровительный туризм, нормативно-правовая база туризма, управление туризмом, кадры туризма, социальное партнерство в туризме.*

Введение. Детско-юношеский туризм и туристско-краеведческая работа со школьниками в советское время являлись одними из приоритетных и результативных направлений воспитательной работы в школах и внешкольных образовательных учреждениях. К сожалению, в последние годы Министерство просвещения устраняется от организационно-методического обеспечения этой работы, в результате чего резко сократилось количество специализированных профильных центров и станций юных туристов, без всяких логических обоснований усложнились требования к организаторам активного туризма в условиях природной среды, туристско-краеведческая работа практически вытеснена из образовательных учреждений.

Освободившуюся нишу стали осваивать и активно занимать коммерческие структуры, предоставляющие свои услуги за не малые деньги, в том числе и бюджетные. Приоритетами этой деятельности избрал в последние годы недавно ликвидированный, Ростуризм, основными задачами которого являлось получение прибыли, естественно, что у структур этой организации и коммерческих туристских фирм не стояло задач воспитания детей и молодежи средствами туристской деятельности.

Основная часть. Сохранением детско-юношеского спортивно-оздоровительного туризма в целом и его многочисленными формами, и видами занимаются, еще сохранившиеся, но регулярно подвергающиеся

«оптимизации» региональные и муниципальные центры и станции юных туристов. Значительную работу по сохранению этого вида деятельности с детьми ведут: Международная академия детско-юношеского туризма и краеведения им. А.А. Остапца-Свешникова со своими региональными отделениями, общероссийская и региональные федерации туризма, малочисленные (пока еще сохранившиеся) туристские клубы – сами с трудом выживающие во времена приоритета экономической выгоды над здравым смыслом и, прописанной в Конституции, социальной миссией государства.

Однако, организация походов, слетов, соревнований, экспедиций, палаточных лагерей и других туристских мероприятий с детьми с каждым годом становится сложнее, а порою невозможной не только через образовательные организации, но и на самостоятельных началах, из-за избыточных, зачастую невыполнимых, а зачастую – ничем не обоснованных, административных требований по оформлению различных форм туристской деятельности в условиях природной среды.

В целях повышения эффективности и качества управления детско-юношеским спортивно-оздоровительным туризмом предлагается рассмотреть и приступить к реализации плана мероприятий, направленных на повышение эффективности и качества детского туризма и отдыха.

1. Основные направления:

1.1. Повышение эффективности управления в системе детско-юношеского спортивно-оздоровительного туризма и отдыха в Российской Федерации:

- анализ нормативно-правового обеспечения детско-юношеского туризма и отдыха;
- разработка и внедрение системы мониторинга качества детско-юношеского туризма и отдыха;
- внедрение механизмов взаимодействия государственных, частных и общественных организаций, позволяющих формировать гражданский заказ в соответствии с современными требованиями, обеспечивающих привлечение в сферу детско-юношеского спортивно-оздоровительного туризма и отдыха дополнительные материальные ресурсы;
- повышение эффективности развития экономической самостоятельности образовательного учреждения, частной организации, общественной организации, усиления ответственности за конечные результаты деятельности в детско-юношеском туризме и отдыхе;
- взаимодействие с государственными, общественными и коммерческими организациями для развития мобильности в сфере детско-юношеского спортивно-оздоровительного туризма и отдыха, совершенствования информационного обмена и создания единого

информационного пространства;

- построение системы сетевого взаимодействия с различными организациями и учреждениями;
- совершенствование системы управления детско-юношеским туризмом и отдыхом на основе эффективного использования информационно-коммуникационных технологий в рамках единого туристского пространства.

1.2. Развитие кадрового потенциала:

- повышение уровня профессиональной компетентности педагогических работников, менеджеров, инструкторов-проводников, экскурсоводов, актива в сфере детского туризма и отдыха через курсы повышения квалификации, дистанционные курсы, самообразование, прохождение стажировки на туристских мероприятиях;
- культивирование интереса к новшествам, инициирование нового в системе детско-юношеского туризма и отдыха, мотивирование на активную научно-исследовательскую деятельность, участие в профессиональных конкурсах;
- оказание методической помощи и поддержки туристским кадрам в подготовке и проведении туристской деятельности.

1.3. Совершенствование финансово-хозяйственной и материально-технической деятельности:

- создание благоприятных условий для привлечения внебюджетных средств;
- развитие договорных отношений между туристскими организациями и организациями отдыха различных организационно-правовых форм;
- использование потенциала центров и станций туристско-краеведческого профиля для развития туристской деятельности;
- создание и совершенствование комфортной среды для работы специалистов детско-юношеского туризма и отдыха;
- модернизация и аттестация рабочих мест в учреждениях детско-юношеского туризма и отдыха.

1.4. Совершенствование содержания и технологий, развитие системы обеспечения качества туристских услуг в условиях природной среды для детей:

- подготовка специалистов, способных к образованию и самообразованию, профессиональному росту в условиях развития новых технологий в современных социально-экономических условиях;
- обеспечение соответствия структуры, объемов, профилей подготовки кадров потребностям детско-юношеского спортивно-оздоровительного туризма и отдыха с целью максимального удовлетворения потребителей услуг, в качественном туристском продукте;

- модернизация и разработка программ и технологий профессионального образования, профессиональной переподготовки, повышения квалификации с учетом нового поколения профессиональных стандартов и тенденций развития туристской техники и технологий.
- 1.5. Развитие социального партнерства, обучения и профориентационной работы:
- совместное с заинтересованными социальными партнерами планирование направлений взаимодействия в подготовке специалистов;
 - повышение качества преподавания профессиональных модулей и практического обучения;
 - повышение у студентов мотивации к учению, освоению специальности;
 - проведение профориентационной работы с будущими абитуриентами;
 - внедрение и развитие целевого обучения.
- 1.6. Развитие системы дополнительного профессионального образования:
- улучшение взаимодействия с представителями рынка труда. Повышение конкурентоспособности специалистов;
 - обновление программного содержания, методологий и соответствующей среды обучения. Реализация принципов непрерывного образования;
 - создание условий для удовлетворения потребностей общества в повышении уровня профессионализма работников всех категорий.

2. Ожидаемые результаты:

- совершенствование системы управления детско-юношеским спортивно-оздоровительным туризмом и отдыхом;
- совершенствование законодательно-нормативного обеспечения детско-юношеского туризма и отдыха;
- улучшение качества детско-юношеского спортивно-оздоровительного туризма и отдыха;
- увеличение количества детей, охваченных организованным отдыхом средствами активного туризма в условиях природной среды;
- увеличение количества участников туристских походов;
- увеличение количества участников экскурсий;
- увеличение количества учреждений детско-юношеского туризма и отдыха;
- создание условий для повышения качества подготовки квалифицированных специалистов в соответствии с перспективными требованиями социально-экономического развития туризма в России;
- эффективная и безопасная деятельность всех участников туристско-

рекреационных мероприятий в условиях, соответствующих требованиям стандартов безопасности;

- достижение необходимого уровня обеспеченности детско-юношеского туризма учебно-методической литературой, видеоматериалами, компьютерными программами;
- воспитание патриотов России, граждан правового демократического государства;
- формирование у юных туристов активной жизненной позиции;
- развитие творческих способностей у юных туристов;
- формирование основ культуры здоровья, успешное жизненное и профессиональное самоопределение и самореализация;
- создание единой информационной системы электронной библиотеки учебных и методических материалов.

Выводы. Основы развития детско-юношеского спортивно-оздоровительного туризма коренятся в неограниченных возможностях построения туристских маршрутов на всей территории России по различным видам туризма (пешеходный, лыжный, горный, водный - на разных классах судов - и другие виды туризма в группах дисциплин «маршрут» и «дистанция»).

Внедрение детско-юношеского спортивно-оздоровительного туризма в систему образовательных учреждений любых типов, в спортивно-оздоровительных лагерях, на базах рекреационно-реабилитационного типа, в клубах по месту жительства населения, сможет способствовать развитию массовости всех направлений туристской деятельности.

Литература

1. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» № 124-ФЗ.

2. Федеральный закон «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» № 132-ФЗ.

3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ.

4. ГОСТ Р 54605 – 2011 Туристские услуги. Услуги детского и юношеского туризма.

5. Распоряжение Правительства РФ от 23 января 2021 г. № 122-р «План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года».

6. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»

7. «Стратегия развития туризма в Российской Федерации на период до 2035 года».

8. Правила вида спорта «спортивный туризм».

Дрогов Игорь Алексеевич, кандидат педагогических наук, доцент, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», мастер спорта СССР по туризму, инструктор туризма международного класса, заслуженный путешественник России, вице-президент Международной академии детско-юношеского туризма и краеведения им. А.А. Остапца-Свешникова.

ABOUT POSSIBLE DIRECTIONS OF IMPROVING THE EFFICIENCY AND QUALITY OF MANAGEMENT OF CHILDREN'S AND YOUTH SPORTS AND HEALTH TOURISM

Drogov Igor Alekseevich, candidate of pedagogical Sciences, associate Professor of the Russian University of Sport "GTSOLIFK", master of sports of the USSR in tourism, instructor in tourism of international class, honored traveler of Russia, Vice-President of the international Academy of youth tourism and local lore named after A.A. Ostapets-Sveshnikov.

Abstract. *The article highlights the problems and sets tasks that require solutions for the development and improvement of the management system of children's and youth sports and recreation tourism. Proposals are being considered for the development and implementation of a set of measures to improve the efficiency and quality of management of children's and youth sports and recreation tourism, promotion of tourism and active recreation - the most important component of a healthy lifestyle of the younger generation of Russians. Proposals for the development of organizational and managerial, personnel, scientific and methodological, potential of tourism and local history activities.*

Keywords: *children's and youth sports and health tourism, the legal framework of tourism, tourism management, tourism personnel, social partnership in tourism.*

References

1. *Federal'nyj zakon «Ob osnovnyh garantiyah prav rebenka v Rossijskoj Federacii» № 124-FZ.*
2. *Federal'nyj zakon «Ob osnovah turistskoj deyatel'nosti v Rossijskoj Federacii» № 132-FZ.*
3. *Federal'nyj zakon «Ob obrazovanii v Rossijskoj Federacii» № 273-FZ.*
4. *GOST R 54605 – 2011 Turistskie uslugi. Uslugi detskogo i yunosheskogo turizma.*
5. *Rasporyazhenie Pravitel'stva RF ot 23 yanvarya 2021 g. № 122-r «Plan osnovnyh meropriyatij, provodimyh v ramkah Desyatiletiya detstva, na period do 2027 goda».*
6. *Rasporyazhenie Pravitel'stva RF ot 31 marta 2022 g. № 678-r «Konceptiya razvitiya dopolnitel'nogo obrazovaniya detej do 2030 goda»*
7. *«Strategiya razvitiya turizma v Rossijskoj Federacii na period do 2035 goda».*
8. *Pravila vida sporta «sportivnyj turizm».*

КАК ЗАРОЖДАЛСЯ ДЕТСКИЙ ТУРИЗМ В РОССИИ

Константинов Ю.С.

***Аннотация.** В статье рассказывается о зарождении детского туризма в системе просвещения Российской империи как одного из направлений естествознания. Основой являются образовательные экскурсии в учебное и внеучебное время.*

***Ключевые слова:** образовательная экскурсия, туристская прогулка, краеведение.*

Историю туризма в России можно рассматривать по двум направлениям – взрослый и детско-юношеский, которые взаимозависимы и дополняют друг друга, но организационно развивались почти самостоятельно. Взрослый туризм развивался и продолжает развиваться, в основном, как явление общественное, а детский туризм практически всегда в той или иной мере поддерживался государством, т.к. является неотъемлемой частью образовательной деятельности.

В XIX веке в результате индустриального и экономического развития усиленно развиваются путешествия в горах, в Европе, а затем и в России начинают возникать альпийские клубы. В России первый альпийский клуб был создан в 1877 г. в Тифлисе при Кавказском обществе естествознания, количество его членов не превышало 40 человек.

Официальной датой рождения российского туризма считается 1895 г., когда на первом общем собрании был избран Комитет для управления делами Общества велосипедистов-туристов. В конце 1901 г. на базе Общества создается единое Российское общество туристов, что явилось поворотным пунктом в истории развития туризма и экскурсий в России. В 1907 г. при Российском обществе туристов была создана Комиссия «Образовательные экскурсии по России», которая занималась проведением экскурсий по крупным городам, а также знакомила с природой Крыма, Кавказа, Урала.

С 1895 г. печатным органом Общества являлся журнал «Велосипед», а с 1899 г. по 1913 г. издавался ежемесячный журнал «Русский турист». В первом номере было опубликовано следующее определение понятия туризма: «Туризм – тоже спорт, и спорт наиболее чистый, наиболее свободный от каких бы то ни было материальных расчетов».

Опыт первых организованных обществ, в составе которых было много педагогов, стал тем базисом, на основе которого стали развиваться туристско-экскурсионное дело и краеведение среди детей. В научно-практическую туристско-краеведческую идеологию и педагогическую деятельность глубоко вошли патриотизм, гражданственность, глубокая вера в воспитательно-образовательные возможности этого движения.

Конечно, было влияние и скаутов, и харцеров, и «соколов», но в целом туристско–краеведческий менталитет России всегда был своеобразен и резко отличался от зарубежных детских движений. Туристско–краеведческая деятельность всегда опиралась на гуманистическое направление в российской педагогике — на работы К. Ушинского, Л. Толстого, В. Герда, Н. Гейнике, П. Каптерева, Б. Райкова, С. Шацкого и других российских педагогов, содействовавших развитию экскурсионно–туристского дела с подрастающим поколением.

В России детский туризм возник в середине XIX века и носил характер образовательных экскурсий, прогулок, тесно связанных с изучением родного края. Мысль об использовании прогулок и экскурсий в народном образовании России как средства обучения и воспитания учеников медленно, трудно проникала в педагогическое сознание российского общества. Первые шаги по школьному краеведению, как общественная инициатива, посвящаемая изучению своего родного края, были предприняты отдельными прогрессивными, передовыми педагогами России.

Известно, что в педагогической науке первое слово о школьном краеведении было сказано Ушинским, который во время своей длительной «педагогической командировки» в страны Европы (1862–67 гг.) для изучения опыта постановки образования, обратил внимание на то, что в учебных заведениях давно вошло в систему проведение с учениками регулярных ближних и дальних прогулок–экскурсий на природу.

«Недурно, – писал он в статье «Педагогическая поездка по Швейцарии», – если бы и наших воспитанников водили хоть два в год куда-нибудь за город...». Постоянно ратуя в своих статьях за использование в учебно–воспитательном процессе прогулок и экскурсий, Ушинский видел в таких путешествиях, главным образом, пользу от общения учеников с миром живой природы. Фактор воспитывающего влияния природы он ставил очень высоко. В упомянутой статье он так оценивал его: «Природа есть один из могущественнейших агентов в воспитании человека, и самое тщательное воспитание без участия этого агента всегда будет отзываться сухостью, односторонностью. Неприятною искусственностью.» Ушинский с сожалением отмечал, что начальная школа совершенно не уделяет внимания своему богатому окружению, которое может способствовать учебной и воспитательной работе, призывал учителей применять местный материал в обучении и дал первые методические советы.

Но призывы Ушинского в тех условиях не возымели должного действия: прогулки на природу (термин «туризм» тогда не употреблялся) с учащимися не получили повсеместного распространения, хотя единицы прогрессивно мыслящих учителей использовали их в учебно–воспитательной работе.

Педагог Д. Семёнов впервые создал краеведческий курс «Отчизноведение».

(1864 г.). Он считал, что в начальной школе детям нужно дать знания о своём родном крае, деревне, а в средней школе – расширить это до масштаба губернии.

Видный отечественный педагог П.Ф. Каптерев в 1885 году в своей работе «Дидактические очерки» писал: «...Несомненно, придет время, когда кругосветное путешествие, в видах учебно-воспитательных, будет необходимым элементом серьезного общего образования, ...педагогу нужно серьезно озаботиться тем, чтобы по возможности в каждой отрасли знания основные представления и понятия были приобретены вполне наглядным путем, иначе будет недостаток основательности и твердости в знаниях».

Журнал «Русская школа» писал по поводу экскурсий в школе: «При рекомендуемой нами системе организации и проведения экскурсий будущие поколения с детских лет будут изучать родной край самым разносторонним образом, а потому и будут его любить.... Они будут любить свои далекие уголки, заботиться о подъеме истинной культуры на далеких окраинах широкой Руси, они будут горячими патриотами, потому что будут знать свою родину и привыкнут служить ей с малых лет по мере своих сил и способностей».

В 1890-х гг. естественнонаучные экскурсии получают признание во многих учебных заведениях Российской империи. Педагоги-энтузиасты стали практиковать проведение учебных экскурсий как в учебное, так и во вне учебного времени не только в городе, но и с выездом на природу. Министерство народного просвещения, несмотря на свою косность, поддержало эту инициативу и издало особое распоряжение об оплате за проведение экскурсий. В нем говорилось: «Вознаграждение педагогов естествоведения за экскурсии с учащимися, должно выдаваться по числу сделанных экскурсий, как городских (в сады, парки и проч.), так и пригородных (в поле, луг, лес и проч.). Принимая во внимание: 1) существенное количество времени, которое приходится затрачивать педагогу, как на саму экскурсионную поездку, так и на подготовку к ней (необходимость подготовительного посещения тех мест, по которым поведется экскурсионная поездка);

2) некие нужные личные расходы педагога во время экскурсий и 3) физическое его утомление, неизбежно связанное с экскурсиями, в особенности загородными,

Министерство считало бы установить норму вознаграждения за каждую экскурсионную поездку в размере: 5 руб. за городскую и 10 руб. за загородную экскурсию».

Документ этот свидетельствует не только о распространении естественнонаучных экскурсий, но и о признании Министерством их

необходимости. В распоряжении зафиксирована ориентировочная норма числа экскурсий и распределения их по учебному году: «Если принять за среднюю норму число экскурсий в каждом из 3-х младших классов 12 (4 осенних, 6 вешних и 2 зимних), из числа которых 2-4 экскурсии (глядя по местным условиям) могут быть городские и 8-10 пригородных, то вознаграждение педагогу за экскурсии с одним классом выразится в сумме 100-110 руб. в год». Оплата руководителям экскурсий, включенным в учебный процесс, начисляется как жалованье за проведенные урочные часы. В случае проведения экскурсий во внеурочное время, по предложению Министерства, оплата ведется из особых средств учебного заведения, приобретенного от платы за обучение. Собственные издержки учащихся во время экскурсии покрываются из средств родителей, при этом создается накопительная система взносов на обязательные экскурсии.

Вопросам организации экскурсий среди учащихся были посвящены статьи в журналах и педагогических изданиях, книгах. Из предисловия к книге «Образовательные прогулки по России» 1894–1902 г. (издание Санкт-Петербург 1903 г.).

«Важное значение образовательных экскурсий учащихся признано в последнее время и нашим Министерством народного просвещения. Вопрос о правильной постановке и устройстве ученических поездок был подвергнут внимательному рассмотрению..., экскурсии включены в число необязательных занятий во время каникул и даже уделено несколько дней из учебного времени, посвящая эти дни экскурсиям в окрестностях города, осмотрам музеев, выставок и тому подобным разумным развлечениям.

На практические занятия, в том числе и на экскурсии, с прошлого года ассигновывается в каждое заведение определенная сумма в размере 2 рублей на каждого воспитанника в год, и выдаются от казны прогоны и суточные деньги лицам, сопровождающим воспитанников в дальние поездки....

Чтобы успешно воспитывать молодежь, необходимо внушить ей расположение и доверие к воспитателю, а это расположение и доверие приобретается только действительным участием заведения, или, в частности, воспитателя, к сердечным потребностям воспитывающихся....

Поездки по России, разумно направленные, имеют еще и то незаменимое значение, что они могучим образом поднимают в молодой душе живое чувство к Родине, знакомят, не по книгам только, а лицом к лицу с родною природою, родным народом, народной историей, родными святынями и родной промышленностью, раскрывают всю широкую картину мощи Русской земли, приучают любить и уважать свое отечество, его героев и подвижников в разных сферах жизни и вместе с тем наполняют пробуждающийся впечатлительный ум подрастающего поколения огромным запасом разнороднейших знаний и впечатлений, воспринимаемых в живом осязательном виде, а не в форме книжных

представлений, искусственно навязываемых уму.

Вообще путешествия и экскурсии учащихся в каникулярное время есть лучшая форма отдыха, восстанавливающая здоровье и обогащающая опыт и знания».

Организацией туристско-экскурсионной работой на рубеже веков занимались различные общества и комиссии. Так, в 1899 г. была создана Комиссия по организации общеобразовательных экскурсий при Педагогическом обществе. Она способствовала проведению экскурсий, расширяющих кругозор учащихся гимназий, коммерческих и реальных училищ и школ. В 1909 г. при Московском отделении Российского общества туристов была создана Комиссия по организации образовательных экскурсий по России («Экскурсии по России»). Главной ее задачей было ознакомление малообеспеченной части российской интеллигенции – учителей народных школ – с их родиной.

Большой вклад в становление экскурсионной работы с учащимися внесло существовавшее с 1902 г. «Кавказское горное общество в Пятигорске» (КГО) под руководством Рудольфа Лейцингера. Общество взяло на себя организацию научно-воспитательных экскурсий по Кавказу для учащихся средних учебных заведений и предлагало следующее:

- составление подробных маршрутов и смет, считая исходным пунктом Пятигорск;
- предоставление бесплатного опытного руководителя;
- предоставление льготного проезда, где на это было предоставлено право членам общества;
- бесплатную остановку и ночлег в бараках и горных хижинах, принадлежащих обществу, и в казенных зданиях, на которые имеется разрешение властей;

Иностранец (швейцарец), поселившийся в России (Пятигорск), богатей-промышленник, землевладелец Р. Лейцингер в 1905 г. в своей усадьбе в Пятигорске открыл первую турбазу для ребят - Ученический приют Кавказского Горного общества, который был рассчитан на 250 мест. Уже в сезоне 1909 г. через приют прошли 119 групп, 3993 экскурсанта - учащихся из различных городов России, включая Сибирь.

В 1906 г. издается брошюра Р. Лейцингера «Несколько слов об ученических экскурсиях», которая высылается во все учебные округа и 640 учебных заведений России.

Определенную роль в развитии ученических экскурсий сыграло также введение в 1902 г. специального тарифа № 6900 на проезд учащихся, отправляющихся в образовательные экскурсии. На всех русских железных дорогах для групп экскурсантов устанавливался удешевленный проезд в вагонах третьего класса, а воспитанникам низших учебных заведений при поездках на расстояние до 50 км предоставлялся бесплатный проезд. До 1917 года условия этого специального тарифа для учащихся,

совершающих групповые экскурсии, несколько менялись, но он сохранялся в общих чертах.

После 1905 г. в России стали возникать Научные общества по изучению Сибири, Урала, Севера, Костромского, Олонецкого края и др., через эти общества передовые учителя активно включились в дело изучения своего родного края. Среди методистов сложилась целая плеяда последователей родиноведения (А. Соколов, Г. Иванов, А. Герд, Н. Маньков, В. Глуздовский и др.), которые считали, что в школах непременно должна быть поставлена работа по изучению учащимися местного края.

Сибирский педагог Н. Маньков впервые применил термин «Краеведение» (1914 г.), предложив называть ознакомление учащихся с родным селом (городом), волостью, уездом – «родиноведением», а с губернией, краем – «краеведением». В начале века к теме организации экскурсий вновь привлекается внимание просвещенцев, она получает новое раскрытие в научно-педагогической литературе. Известный русский педагог В. Вахтеров (1853–1924), посветил ей целую главу в своей книге «Основы новой педагогики» (издана в 1913 г.). В главе «Об экскурсиях и уроках на воздухе», он на многочисленных примерах из разных областей знаний еще раз убедительно показал важность живого восприятия ребенком реальных предметов и явлений природы. Особую ценность представляет то, что в этой работе Вахтеров впервые указал на всесторонность, комплексность воздействия на воспитуемых туристских прогулок и экскурсий, впервые обозначил шесть отдельных элементов, составляющих педагогический потенциал детского туризма, его преимущества перед иными формами работы с детьми. Кроме известных уже «трех воспитаний» – чувств, ума и тела, на которые всегда оказывает положительное действие прогулка человека на природу, Вахтеров раскрывает еще три важных «технологических» элемента.

Это, во-первых, возможность «легче, чем, когда бы то ни было» изучить воспитанников, увидеть их «в совершенно новом освещении».

Во-вторых, такой важный для успеха всей работы элемент, как взаимопонимание и доверие детей к учителю, возникающее между ними в результате естественной походной близости людей, совместных переживаний, общего труда.

И, в-третьих, это, говоря современным языком, – педагогика совместных творческих дел, самостоятельность детей как основа организации прогулок и походов. И замечательно то, что Вахтеров делает здесь упор на исключение командных методов руководства детьми, на то, что они сами могут и должны решать принципиальные вопросы дела.

Таким образом, к началу двадцатого столетия следует отнести полноценное начало экскурсионной практики. Известный педагог профессор Н. Гейнике считал, что «экскурсии начинают завоевывать себе

постоянное место в школе как один из методов преподавания, столь же нужный и важный, как и классное преподавание».

Важным толчком к расширению экскурсионной деятельности стал циркуляр Министра народного просвещения от 2 августа 1910 г. за №20.185, которым отменялись летние каникулярные работы учеников, а взамен их рекомендовалось начальникам учебных заведений и педагогическим советам организовывать в период каникул для учащихся оздоровительные прогулки и путешествия.

После 1910 г. на развитие экскурсионного дела среди учащихся обратили внимание уездные и губернские земства, начавшие выделять некоторые средства для экскурсий. В их сметах даже появилась особая графа – «Ученические экскурсии». Значительной была роль Московского уездного земства в развитии экскурсионного дела в сельских школах. Например, в 1913 г. оно способствовало проведению экскурсий из 152 школ Московского уезда (75% всех школ); в них приняло участие 40% учеников – 6708 человек.

В начале XX века некоторыми передовыми педагогами стали организовываться дальние самостоятельные экскурсии – путешествия, которые носили характер многодневных туристских походов или экспедиций. Среди них В. Верещагин – преподаватель Барнаульского реального училища, которого считают первым организатором туризма на Алтае. Большое внимание он уделял ботаническим экскурсиям, считая, что знакомство с растениями в природе значительно обогащает знания, воспитывает любовь к родному краю, а сухие книжные термины становятся при этом яркими, образными понятиями. Экскурсии с учениками Верещагин называл образовательными, так как считал обязательным пополнение знаний и участие в наблюдениях и экскурсионных работах.

Наряду с экскурсиями в окрестностях Барнаула, Верещагин организовывал с учащимися и дальние поездки. Экскурсанты не ограничивались осмотром достопримечательностей, а были привлечены к активной работе, состоявшей в собирании естественно-исторических коллекций и метеорологических наблюдений, что не только заставляло внимательнее присматриваться к окружающему и ставить экскурсанта ближе к природе, но и давало ему возможность сделать целый ряд маленьких открытий. Все свое свободное и каникулярное время он отдавал изучению природы, регулярно совершая с 1901 г. научно-исследовательские экспедиции на собственные средства.

Сохранились сведения о путешествии летом 1911 года группы реального училища г. Ярославля под руководством учителя рисования А. Романовского. Путешествие это даже для нашего времени является удивительным: учащиеся прошли пешком более 1100 верст от Ярославля до Киева за 87 дней. В группе было 15 мальчиков 13–14 лет. На ночлег

останавливались в школах, на почтовых станциях, частных домах и в палатках. Некоторые переходы были весьма протяженными: так, например, из Подольска до Малоярославца реалисты прошли за день 40 верст.

Таким образом, в начале XX в. школьные экскурсии начинают охватывать всю Россию. Передовые учителя пытались использовать эти походы и экскурсии для того, чтобы знакомить учащихся с родным краем. Среди них чувашский педагог Яковлев, который организовывает с учащимися походы по своему родному краю и в смежных губерниях, посвященные ознакомлению с передовым сельским хозяйством. Путешествуют ученики Калужского реального училища, Херсонской 2-й мужской гимназии, мужской гимназии г. Бийска Томской губернии, 1-й женской гимназии г. Саратова, читинской 2-й женской гимназии.

Война, начавшаяся в 1914 г., отразилась на географии школьных экскурсий и путешествий. Резко сократилось число дальних экскурсий, но продолжали совершаться ближние, по территории своих губерний.

В 1915–1917 гг. в стране происходил пересмотр учебных планов и программ почти всех типов школ разных ведомств. Для дальних экскурсий рекомендовалось выделить по несколько полных учебных дней в течение года. Таким образом, в школах России к 1916 г. экскурсии, связанные с учебным материалом, были признаны равноправными среди других методов обучения.

Советы по организации и проведению экскурсий можно было почерпнуть в основном из журналов «Русский экскурсанта», «Экскурсионный вестник», «Труды общества землеведения», «Естествознание и география», «Русская школа» и ряда других изданий краеведческого характера, в достаточно большом количестве выходивших в различных губерниях России. Журналы постоянно публиковали теоретические статьи по экскурсоведению, рассказы о совершенных экскурсиях, советы по организации экскурсий в школе, списки рекомендуемой литературы по экскурсионному делу и др.

Таким образом, еще до революции мысль о том, чтобы «впустить» в школу туризм в качестве «подсобного рабочего», помогающего учителю в воспитании и обучении школьников – эта мысль уже достаточно глубоко внедрилась в официальную педагогическую идеологию. Но полностью реализоваться она не могла: тот же В. Вахтеров в своей книге с сожалением констатирует, что «... прогулки со школьниками не получили у нас широкого распространения...».

Родители, образовательные учреждения, местные органы власти оказывали помощь в развитии ученических экскурсий, но говорить о создании государственной системы этого нового явления еще нельзя, хотя было сделано немало, но, как правило, делалось это отдельными энтузиастами.

Литература

1. Долженко Г.П., Путрик Ю.С. История туризма в Российской империи, Советском Союзе и Российской Федерации. – М.: Изд-во Феникс, 2010.
2. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм: Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2006.
3. Константинов Ю.С. Из истории детского туризма в России (1918-2008 гг.). – М.: ФЦДЮТиК, 2008.
4. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебное пособие для академического бакалавриата. – М.: Изд-во Юрайт, 2017.
5. Константинов Ю.С. История отечественного детского туризма (1918 – 2018 гг.). монография – М.: ООО «Полиграфист», 2021.

Константинов Юрий Сергеевич, доктор педагогических наук, заслуженный путешественник России, заслуженный учитель Российской Федерации, вице-президент Международной академии детско-юношеского туризма и краеведения им. А.А. Остапца-Свешникова, методист.

HOW CHILDREN'S TOURISM IN RUSSIA BEGAN

Konstantinov Yuri Sergeevich, Doctor of Pedagogical Sciences, Honored Traveler of Russia, Honored Teacher of the Russia, Vice-President of the A.A. Ostapets-Sveshnikov International Academy of Youth Tourism and Local History, methodologist.

Abstract. *The article describes the origin of children's tourism in the education system of the Russian Empire as one of the directions of natural science. The basis is educational excursions in academic and extracurricular time.*

Keywords: *educational excursion, tourist walk, local history.*

References

1. Dolzhenko G.P., Putrik YU.S. *Istoriya turizma v Rossijskoj imperii, Sovetskom Soyuze i Rossijskoj Federacii.* – M.: Izd-vo Feniks, 2010.
2. Konstantinov YU.S. *Detsko-yunosheskij turizm: Uchebno-metodicheskoe posobie.* – M.: FCDYUTiK, 2006.
3. Konstantinov YU.S. *Iz istorii detskogo turizma v Rossii (1918-2008 gg.).* – M.: FCDYUTiK, 2008.
4. Konstantinov YU.S. *Detsko-yunosheskij turizm. Uchebnoe posobie dlya akademicheskogo bakalavriata.* – M.: Izd-vo YUrajt, 2017.
5. Konstantinov YU.S. *Istoriya otechestvennogo detskogo turizma (1918 – 2018 gg.). Monografiya* – M.: ООО «Poligrafist», 2021.

РАЗВИТИЕ ТУРИСТИЧЕСКОГО БИЗНЕСА В РОССИИ

Красноперов Н.В., Сойма К.В.

***Аннотация.** В данной статье рассматривается специфика управления и развитие туризма в России, основные направления туризма в условиях санкций, а также социально-экономическое развитие регионов, пользующихся спросом в туристических направлениях. В статье представлены данные Росстата и Ростуризма, отражающие степень развития туристического бизнеса в России.*

***Ключевые слова:** туризм, туристический бизнес, гастрономический туризм, внутренний туризм, экотуризм, промышленный туризм, направления туризма.*

Туризм – одна из ведущих отраслей мировой экономики и один из немногих динамично развивающихся видов профессиональной предпринимательской деятельности на отечественном рынке услуг. Есть мнение, что темпы развития будут не только сохраняться, но и преумножаться.

Во-первых, на рынке туризма могут существовать компании и организации разных размеров, крупные, средние и малые, что позволяет развиваться в условиях чистой конкуренции.

Во-вторых, туристический бизнес не требует больших инвестиций, но приносит высокий доход, что делает его одним из самых интересных направлений бизнеса. Именно эти два фактора являются преобладающими для бизнесменов, однако на состояние рынка в 2022 году, можно выделить ещё один крайне важный фактор, который является главенствующим для развития туристского бизнеса. Пакет санкций, введённый западными странами и поддерживаемый странами других континентов, который ограничил нашим туристам въезд на территорию большинства стран. Именно этот фактор сыграл главенствующую роль для прогрессивного развития туристических направлений внутри страны и поддержанию отечественных туроператоров.

Так по данным единого федерального реестра туроператоров за 2021-2022 год, в марте 2022 года зарегистрировано порядка 4278 действующих компаний, что лишь на 20 единиц меньше, чем в 2020 году [1]. Приведённый показатель наглядно иллюстрирует, что введённые санкционные меры лишь в незначительной мере сказались на туристическом бизнесе. Чтобы в дальнейшем развивать эту сферу бизнеса, нашими соотечественниками были разработаны не только новые направления отдыха, но и совершенно новые концепции, которые ранее не практиковались на российском рынке.

В 2022 году основными направлениями для туристической деятельности в России являются такие как: спортивный, культурно-

исторический, экотуризм, промышленный и гастрономический туризм. Лидирует среди них последние три направления. Экотуризм привлекает к себе в основном жителей из больших городов, которые устают от бесконечного шума и быстрого темпа жизни.

По данным Ростуризма, он в 2021 году составил свыше 110 млн человек. Это доля в 10% от всего потока людей [2]. Для такого туризма характерно отсутствие электроники, различного транспорта и комфортных условий городской среды. Такие туры дают возможность вернуться в прошлое и почувствовать себя самобытным человеком того времени. Самыми популярными направлениями считаются Ейск, с его азовским морем и целебным воздухом, Байкал, который совмещает медитативный и активный отдых, а также Камчатка и Алтай с самыми завораживающими пейзажами. Например, команда «Лес и ветер», которые отправляют туры в вепские леса и обращают внимание на вымирание деревень. Также сюда можно отнести довольно молодое направление глэмпинга [3]. Самыми популярными на данный момент являются «китовый берег» и «под небом». Такой способ отдыха позволяет не портить природу, посмотреть красоты своей страны, а также в комфортных условиях пожить с открытым небом над головой.

Промышленный туризм появился более 100 лет назад, однако в России является молодым направлением, которое ставит в основу формирование устойчивой социально-экономической и туристической привлекательности, а также развитие и продвижение региональных брендов [4]. На данный момент уже 30 регионов учувствуют и активно развивают данное направление. К самым свежим можно отнести Маршрут «Кузбасс. огонь в сердце» и «Жигулёвские выходные» [5,6]. Они предлагают посетить как основные культурные места, так и производства. Также по данному направлению происходят различные акселераторы и конкурсы, которые позволяют малым предприятиям и молодым предпринимателям рассказать о себе и развить свой бизнес для выхода на всероссийский рынок.

Ещё одно популярное направление — это гастрономический туризм. Он подразумевает путешествие в различные магазины, бары, поселения ради различной уникальной еды или всего того, что с ней связано. В России проживает более 190 народов что открывает огромные возможности для такого вида туризма. Из-за того, что в нашей стране огромное количество разнообразных регионов, то и количество блюд также огромно. Самыми популярными направлениями служат Республика Карелия, Татарстан, а также Приморский край. В них более 300 уникальных блюд, которые каждый захотел бы попробовать.

Исходя из вышесказанной информации можно сказать, что спрос на внутреннем рынке туризма только растёт и эта тенденция будет продолжаться. По данным Росстата число въездных туристических

поездов увеличилось с 1414 до 2237 тысяч [7]. Само направление туризма имеет все предпосылки как материальные, так и историко-культурные для того, чтобы заинтересовать как внутреннего потребителя, так и внешнего. Наши направления могут предоставить как активный вид отдыха, от лыж до квадроциклов, так и культурный, лечебный, деревенский и т.д. Сейчас люди меньше посещают зарубежные страны и всё чаще смотрят в сторону родных просторов, также сейчас государство заинтересовано в развитии данного направления поэтому активно его субсидирует и развивает инфраструктуру и туристические места вокруг основных городов и объектов туризма, описанных выше.

Литература

1. Сведения о количестве туроператоров // Единый федеральный реестр [Электронный ресурс] Режим доступа // <https://tourism.gov.ru/other/statistika/svedeniya-o-kolichestve-turoperatorov-v-edinom-federalnom-reestre-turoperatorov/> (дата обращения 10.11.2022)
2. Светлана З. Интервью // Российская электронная газета. – 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа // <https://rg.ru/2022/04/17/glava-minprirody-ekoturizm-zanimaet-10-ot-vsego-turpotoka-v-strane.html> (дата обращения 11.11.2022)
3. Клуб авторских путешествий // сайт визитка. - 2021. [Электронный ресурс] Режим доступа // <http://lesiveter.ru/> (дата обращения 12.11.2022)
4. Промышленный туризм в РФ // портал. – 2020 [Электронный ресурс] Режим доступа // <https://promtourism.ru/> (дата обращения 13.11.2022)
5. Национальный брендовый маршрут, Кузбасс в сердце, // сайт визитка. – 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа // <https://brand.visit-kuzbass.ru/> (дата обращения 14.11.2022)
6. Национальный туристский маршрут по Самарской области // сайт визитка. – 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа // <https://samara.travel/products/ekskursii-i-puteshestviya/zhigulyevskie-vykhodnye/> (дата обращения 14.11.2022)
7. Сведения о количестве въездных туристических поездок // Росстат. – 2022. [Электронный ресурс] Режим доступа // https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/turism_2022.pdf (дата обращения 14.11.2022)

Красноперов Никита Витальевич, студент, scabies.v1@yandex.ru, Россия, Новосибирск, Сибирский университет потребительской кооперации.

Сойма Кристина Васильевна, студент, ksojma@mail.ru, Россия, Новосибирск, Сибирский университет потребительской кооперации.

MANAGEMENT AND DEVELOPMENT OF TOURISM ACTIVITIES IN RUSSIA

Nikita Vitalevich Krasnoperov, student, scabies.v1@yandex.ru, Russia, Novosibirsk, Siberian University of Consumer Cooperation.

Soyma Kristina Vasilyevna, student, ksojma@mail.ru, Russia, Novosibirsk, Siberian University of Consumer Cooperation.

Abstract. *This article examines the specifics of tourism management in Russia, the main directions of tourism under sanctions, as well as the socio-economic development of regions in demand in tourist destinations.*

Keywords: *tourism, tourism business, gastronomic tourism, domestic tourism, ecotourism, industrial tourism, tourism destinations.*

References

1. *Svedeniya o kolichestve turopoperatorov // Edinyj federal'nyj reestr [Elektronnyj resurs] Rezhim dostupa // <https://tourism.gov.ru/other/statistika/svedeniya-o-kolichestve-tuoperatorov-v-edinom-federalnom-reestre-tuoperatorov/> (data obrashcheniya 10.11.2022)*
2. *Svetlana Z. Interv'yu // Rossijskaya elektronnyaya gazeta. – 2020. [Elektronnyj resurs] Rezhim dostupa // <https://rg.ru/2022/04/17/glava-minprirody-ekoturizm-zanimaet-10-ot-vsego-turpotoka-v-strane.html> (data obrashcheniya 11.11.2022)*
3. *Klub avtorskih puteshestvij // sayt vizitka. - 2021. [Elektronnyj resurs] Rezhim dostupa // <http://lesiveter.ru/> (data obrashcheniya 12.11.2022)*
4. *Promyshlennyj turizm v RF // portal. – 2020 [Elektronnyj resurs] Rezhim dostupa // <https://promtourism.ru/> (data obrashcheniya 13.11.2022)*
5. *Nacional'nyj brendovyj marshrut, Kuzbass v serdce,, // sayt vizitka. – 2020. [Elektronnyj resurs] Rezhim dostupa // <https://brand.visit-kuzbass.ru/> (data obrashcheniya 14.11.2022)*
6. *Nacional'nyj turistskij marshrut po Samarskoj oblasti // sayt vizitka. – 2020. [Elektronnyj resurs] Rezhim dostupa // <https://samara.travel/products/ekskursii-i-puteshestviya/zhigulyevskie-vykhodnye/> (data obrashcheniya 14.11.2022)*
7. *Svedeniya o kolichestve v"ezdnyh turisticheskikh poezdok //Rosstat. – 2022. [Elektronnyj resurs] Rezhim dostupa // https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/turism_2022.pdf (data obrashcheniya 14.11.2022).*

ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРИМЕНЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СПОРТИВНОМ ТУРИЗМЕ

Нирозникова В.А.

***Аннотация.** Спортивному туризму уже более 100 лет, но наибольшую популярность этот вид спорта приобретает только в наши дни, благодаря стремительному развитию информационных технологий. Применение информационных технологий позволяет подготовить высококвалифицированных спортсменов и судей по всему миру, а также повысить зрелищность спорта.*

***Ключевые слова:** рекреация, спорт, туризм, информационные технологии, соревнования, физическая подготовка спортсмена.*

Современная научно-техническая революция характеризуется развитием информационных технологий и глубокой информатизацией общества. Актуальная задача информационного общества заключается в формировании принципиально новой информационной культуры. Это понятие включает в себя внедрение в информационное пространство мира, участие в специализированных информационных процессах, способность манипулировать информационными ресурсами, выраженными в различных формах, и способность представлять информацию мультимедийными средствами. Разработка и внедрение современных технологий в области физической культуры и спорта, несмотря на трудности в организационных, материально-технических, научно-методических аспектах, вызвали интерес многих специалистов. Также необходимо перейти от традиционных инструментов к сбору, обработке и передаче информации, к использованию современных информационных технологий, обеспечивающих добровольную работу и саморазвитие, качественно изменить содержание, методы и организацию образования, подготовить высококвалифицированных спортсменов и судей, физическую культуру и здравоохранение пропагандистские мероприятия с населением.

В нашем исследовании рассматривается применение информационных технологий в таком виде спорта как спортивный туризм, который на данный момент является одним из самых популярных видов деятельности, рекреации и двигательной активности многих людей в мире, в которой определение результата соревнований и функционального состояния спортсмена является весьма важной задачей.

В ходе работы применялись методы анализа и систематизации сведений по теме исследования и педагогические наблюдения.

Туризм и путешествия имеют давнюю историю в Российской Федерации. Летопись туризма оставила нам имена энтузиастов,

совершивших поистине марафонские переходы по неизведанным маршрутам, имена первопроходцев и отважных спортсменов, участвовавших в пеших, лыжных, велосипедных, конных путешествиях, кругосветных странствиях, в байдарочных, шлюпочных и парусных походах. Мы всегда будем помнить Онисима Петровича Панкратова - совершившего первое российское кругосветное путешествие на велосипеде, проехавшего 50 тысяч километров, труды Евгения Михайловича Абалакова - альпиниста, первого покорителя вершины Советского Союза (пик Сталина), Петра Петровича Семёнова - первого русского географа, достигшего центральной части горного хребта Тянь-Шаня, Николая Михайловича Пржевальского- русского путешественника, первого исследователя природы Центральной Азии, Дмитрия Игоревича Шпаро - первого покорителя Северного полюса на лыжах. Наша страна поистине богата героями в сфере туризма.

Развитие информационных, электронных, дистанционных технологий помогло продвинуть этот вид спорта и поднять его на новую ступень. По данным формы N1 - ФК на 31 декабря 2011 года: всего занимающихся составляло 358 403, а в 2022 году число приблизилось к 3 млн человек. На данный момент в нашей стране функционирует более 500 центров, станций, клубов, свыше 2 тыс. секций юношеского спортивного туризма. Во Всероссийский реестр видов спорта стали включены следующие виды спортивного туризма: пешеходный, водный, лыжный, горный, спелеотуризм, туризм на разных средствах передвижения, в том числе комбинированный и парусный. Спортивный туризм включен и в Единую Всероссийскую Спортивную Классификацию, в соответствии с требованиями которой спортсменам-туристам могут быть присвоены спортивные разряды и звания.

Информационные технологии, в настоящее время играют значительную роль в физической подготовке спортсменов, повышают зрелищность соревнований и объективность судейства. На сегодняшний день использование цифровых технологий в спортивном туризме можно разделить на следующие виды:

1. Интернет магазины;
2. Рекламно- визуальные;
3. Спортивный инвентарь.

В течение 2022 года нами были проанализированы источники размещенных на сайте Elibrary.ru. В результате анализа литературы, в спортивном туризме можно выделить активное использование следующих информационных технологий:

Таблица 1 – Информационные технологии в спортивном туризме

Наименование продукта	Вид ИТ	Функции/область применений
1. Камера GoPro	Спортивный инвентарь	1.Помощь в разборе технических ошибок. 2. Фото и видео материал-доказательства прохождения маршрута.
2. Ютуб	Рекламно-визуальный	1.Площадка для проведения онлайн трансляций соревнований. 2.Источник учебно-методических материалов.
3. Интернет магазины: Guru, RedFox, Tramontana, Petzl, Camp	Интернет магазины	1.Приобретение качественного оборудования.
4. Сайт Tmmoscow.ru	Рекламно-визуальный	1.Онлайн регистрация. 2.Онлайн трансляции. 3.Информация о предстоящих и прошедших соревнований.
5. Фитнес трекер Xiaomi Mi Band	Спортивный инвентарь	1.Измерения пульса. 2. Измерения уровня кислорода в крови. 3.Вычисление персонального индекса активности. 4.Определение уровня нагрузки. 5. Определение уровня потребления кислорода во время тренировки. 6.Расчёт времени необходимое для восстановления. 7. Мониторинг сна.
6. Чипы SPORT Tident	Спортивный инвентарь	1.Отметки на контрольных пунктах. 2.Отслеживание временных промежутков.
7. GPS навигаторы	Спортивный инвентарь	1. Помощь в построение туристического маршрута.

В результате анализа дополнительных интернет источников и прослушанных выступлений на тему «Информационные технологии в избранном виде спорта» 1.11.2022 года, можно составить таблицу о возможных использованиях информационных технологий в спортивном туризме.

Таблица 2 — Будущие направления применения информационных технологии в спортивном туризме

Наименование продукта	Вид ИТ	Функции/область применения
1. Форма Nike Aeroswift	Спортивный инвентарь	1. Комфорт и свобода движений. 2. Отвод влаги.
2. Электронное табло	Рекламно-визуальный	1. Отслеживание результата спортсмена. 2. Реклама цифровых технологий.
3. Прибор Check	Спортивный инвентарь	1. Оценка состояния спортсмена.

В результате проведения исследования установлено, что благодаря информационным технологиям, спортивный туризм становится все более популярным и зрелищным видом спорта. Спортсменам проще контролировать свою физическую нагрузку, соблюдать режим, разбирать технические и тактические ошибки, приобретать спорт инвентарь, подавать заявки на участие, находить учебный материал. Спортивный туризм сложно представить без инновационных технологий.

Литература

1. Мулик, Е. В. Мотивация школьников и студентов к занятиям спортивно-оздоровительным туризмом / Е. В. Мулик, В. В. Мулик // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2015. – № 7. – С. 33-38. – DOI 10.15561/18189172.2015.0705. – EDN UCDKVN.

2. Порва, О. В. Детско-юношеский туризм: перспективы развития спортивного и экологического туризма / О. В. Порва, О. А. Скрипилова // Экологический и этнографический туризм: становление, проблемы и перспективы развития: Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Хабаровск, 09 октября 2009 года / Под редакцией В.Н. Завгрудько, В.А. Чернова. – Хабаровск: Дальневосточный государственный университет путей сообщения, 2009. – С. 129-134. – EDN XWTWZV.

3. Жукова, С. Д. Особенности водного туризма как вида активного туризма / С. Д. Жукова, Л. М. Лукьянова // Наука-2020. – 2021. – № 4(49). – С. 191-195. – EDN EYPXOD.

4. Иванов, В. Д. Специальные виды туризма: лечебный туризм / В. Д. Иванов, О. В. Марандыкина // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2021. – Т. 6. – № 2. – С. 118-125. – DOI 10.47475/2500-0365-2021-16219. – EDN PCDUWI.

5. Кораблев, В. А. Приключенческий туризм - популярный тренд современного туризма / В. А. Кораблев // Вестник университета Туран. – 2020. – № 1(85). – С. 195-200. – EDN JHPDLC.

6. Гольф-туризм как вид активного отдыха (анализ рынка туристических услуг) / Е. В. Агамирова, А. В. Андреев, А. Н. Корольков [и др.] // Вестник Волжского университета им. В.Н. Татищева. – 2019. – Т. 2. – № 1. – С. 190-197. – EDN ZBAGPJ.

Нирозникова Вероника Андреевна, студентка факультета физической культуры, nikatapee@mail.ru, Россия, Мытищи, Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области «Московский государственный областной университет» (МГОУ).

A PROMISING DIRECTION IS THE USE OF INFORMATION TECHNOLOGIES IN SPORTS TOURISM

Veronika A. Niroznikova, student of the Faculty of Physical Culture, nikatapee@mail.ru, Russia, Mytishchi, State Educational Institution of Higher Education of the Moscow region "Moscow State Regional University".

Abstract. Sports tourism is more than 100 years old, but this sport is gaining the greatest popularity only nowadays, thanks to the rapid development of information technologies. The use of information technology makes it possible to train highly qualified athletes and judges around the world, as well as to increase the entertainment of sports.

Keywords: recreation, sports, tourism, information technology, competitions, physical fitness of an athlete.

References

1. Mulik, E. V. Motivation of schoolchildren and students to engage in sports and health tourism / E. V. Mulik, V. V. Mulik // *Pedagogy, psychology and biomedical problems of physical education and sports*. – 2015. – No. 7. – PP. 33-38. – DOI 10.15561/18189172.2015.0705. – EDN UCDKVN.

2. Porva, O. V. Youth tourism: prospects for the development of sports and ecological tourism / O. V. Porva, O. A. Skripileva // *Ecological and ethnographic tourism: formation, problems and prospects of development : Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference, Khabarovsk, October 09, 2009 / Edited by V.N. Zavgorudko, V.A. Chernov*. – Khabarovsk: Far Eastern State University of Railway Engineering, 2009. – pp. 129-134. – EDN XWTWZV.

3. Zhukova, S. D. Features of water tourism as a type of active tourism / S. D. Zhukova, L. M. Lukyanova // *Nauka-2020*. – 2021. – № 4(49). – Pp. 191-195. – EDN EYPXOD.

4. Ivanov, V. D. Special types of tourism: medical tourism / V. D. Ivanov, O. V. Marandykina // *Physical culture. Sport. Tourism. Motor recreation*. – 2021. – Vol. 6. – No. 2. – pp. 118-125. – DOI 10.47475/2500-0365-2021-16219. – EDN PCDUWI.

5. Korablev, V. A. Adventure tourism - a popular trend of modern tourism / V. A. Korablev // *Bulletin of the University of Turan*. – 2020. – № 1(85). – Pp. 195-200. – EDN JHPDLC.

6. Golf tourism as a type of active recreation (analysis of the tourist services market) / E. V. Agamirova, A.V. Andreev, A. N. Korolkov [et al.] // *Bulletin of the V.N. Tatishchev Volga State University*. – 2019. – Vol. 2. – No. 1. – PP. 190-197. – EDN ZBAGPJ.

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МАРШРУТНО-КВАЛИФИКАЦИОННЫХ КОМИССИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ В 2021 г.

Панов И.И.

***Аннотация.** В статье затрагиваются вопросы актуальности сбора статистических данных о походно-экспедиционной деятельности обучающихся, анализируются статистические данные за 2021 год о количестве маршрутно-квалификационных комиссий образовательных организаций России и о количестве походов и экспедиций в динамике с данными 2020 и отчасти 2019 года, даётся попытка анализа полученных данных.*

***Ключевые слова:** маршрутно-квалификационная комиссия, поход, виды туризма, категория сложности, согласование полномочий.*

Для успешной деятельности по развитию детско-юношеского туризма необходимо иметь представление о статистике походно-экспедиционной деятельности. Наиболее достоверные данные могут быть представлены маршрутно-квалификационными комиссиями. Достоверность этих данных объясняется тем, что до настоящего времени эти данные дают пищу исключительно для аналитической работы и не используются для проведения каких-либо смотров и конкурсов и у авторов предоставляемых данных отсутствуют мотивы для их искажения.

Систему маршрутно-квалификационных комиссий возглавляет Центральная Республиканская маршрутно-квалификационная комиссия (ЦРМКК)ФГБОУ ДО Федерального центра дополнительного образования и организации отдыха и оздоровления детей. Её полномочия согласованы с Центральной МКК Федерации спортивного туризма России до 15 декабря 2025 г. ЦРМКК ФЦДО имеет право согласования полномочий маршрутно-квалификационных комиссий образовательных организаций на всей территории России.

Количество маршрутно-квалификационных комиссий образовательных организаций неуклонно увеличивается. Если в 2017 году они действовали в 21 субъекте РФ, то в настоящее время МКК созданы в 55 регионах. В настоящее время создано 186 комиссий, что гораздо больше числа «взрослых» комиссий ФСТР. При этом, в некоторых регионах кроме региональной комиссии создана сеть низовых, муниципальных комиссий. Например, в Кемеровской области-Кузбассе создано 34 комиссии в муниципальных образованиях, в Красноярском крае – 19 комиссий, в Краснодарском крае – 12, в С-Петербурге – 10. Маршрутно-квалификационные комиссии создаются при образовательных организациях, которые реализуют дополнительные общеобразовательные программы

туристско-краеведческой направленности, а также в многопрофильных учреждениях.

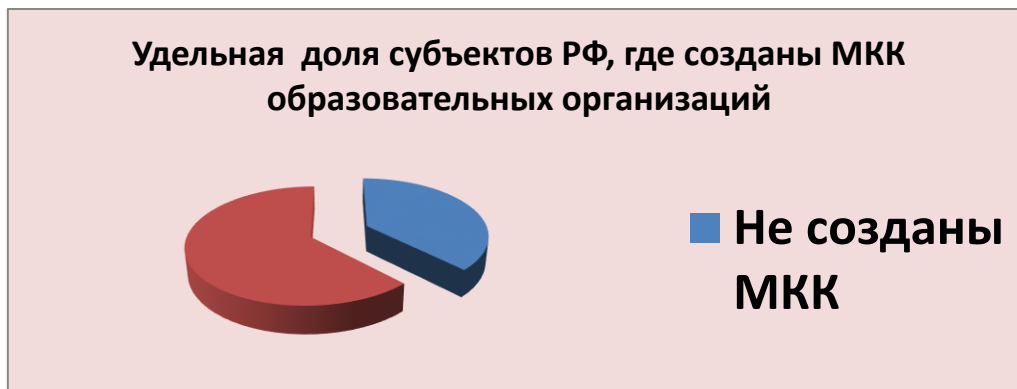


Рисунок 1 – Количество походов, совершенных обучающимися России по массовым видам туризма в 2019 году

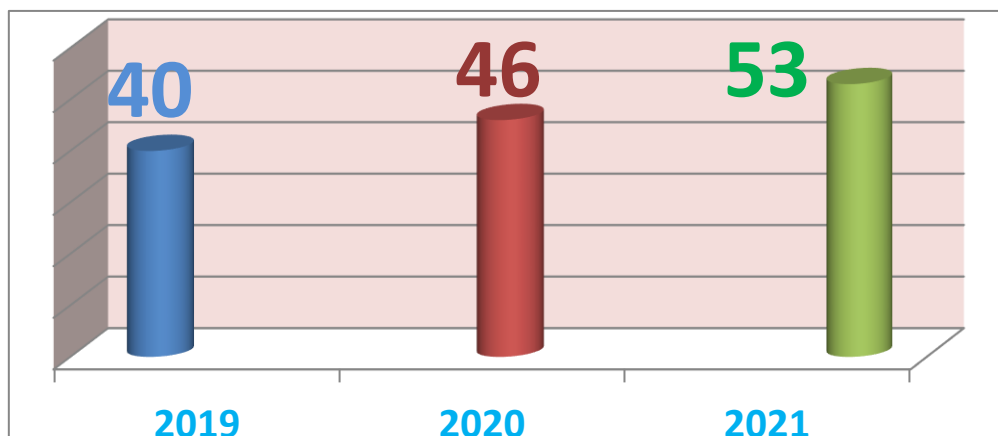


Рисунок 2 – Динамика создания МКК образовательных организаций в России в 2018-2021 гг.

В 2021 году по данным МКК образовательных организаций было совершено 3 186 некатегорийных и категорийных похода с общим числом участников 45 720 чел. Это значительно больше, чем в 2020 году – 1 629 походов и 22 095 участников, но пока еще существенно ниже показателей 2019 года, когда число участников превышало 57 тыс. чел. Таким образом, произошел рост числа походов в 2 раза! Во многом это связано с ослаблением в 2021 году ограничений, связанных с заболеваемостью новой коронавирусной инфекцией. Многие регионы были открыты для посещения жителями других субъектов России, что повлияло на количество совершаемых походов. Также это связано принимаемыми мерами по развитию походно-экспедиционного туризма, развитию сети МКК, более полному учёту всех походов. Между тем, следует отметить,

что в эту статистику не включены «походы выходного дня», спортивные сборы и мероприятия, не прошедшие регистрацию в МКК.

Анализируя распределение походов по видам туризма, следует отметить, что традиционно более двух третей всех походов – это пешеходные (2172 похода).

Второе место занимает водный туризм (530 походов и 8004 участников), затем лыжный (287 походов и 3555 участников). Неожиданно 4 место в рейтинге видов туризма занял комбинированный, а затем с небольшим отставанием горный и велотуризм. Также обучающимися было совершено 3 парусных и 2 конных маршрута.

Что касается сложности совершенных походов, то необходимо отметить, что МКК зарегистрировано 4 пешеходных, 1 горный и 5 водных походов 3 категории сложности. Походы 4 к.с. не совершались.

Походы 3 к.с. были зарегистрированы в МКК Краснодарского края, Челябинской области, Пермского края, Санкт-Петербурга, Ивановской области и Хабаровского края.

Регионами-лидерами по количеству походов являются Кемеровская область (951 поход и 15 143 участника), г. Санкт-Петербург (270 походов и 3 752 участника), Краснодарский край (305 походов и 2 938 участников), Красноярский край (121 поход и 1 813 участников), Пермский край (144 похода и 3 217 участников) и Челябинская область (147 походов и 2228 участников). Во многом лидерство этих регионов свидетельствует о хорошем финансировании походно-экспедиционной деятельности обучающихся и о разветвленной системе МКК в регионе, большой работе специалистов в муниципальных образованиях по развитию детско-юношеского туризма. И одним из главных показателей 2019 года является то, что в походах с обучающимися, которые получили положительное заключение МКК образовательных организаций не произошло ни одно несчастного случая, безопасность совершения путешествий была обеспечена на необходимом уровне.

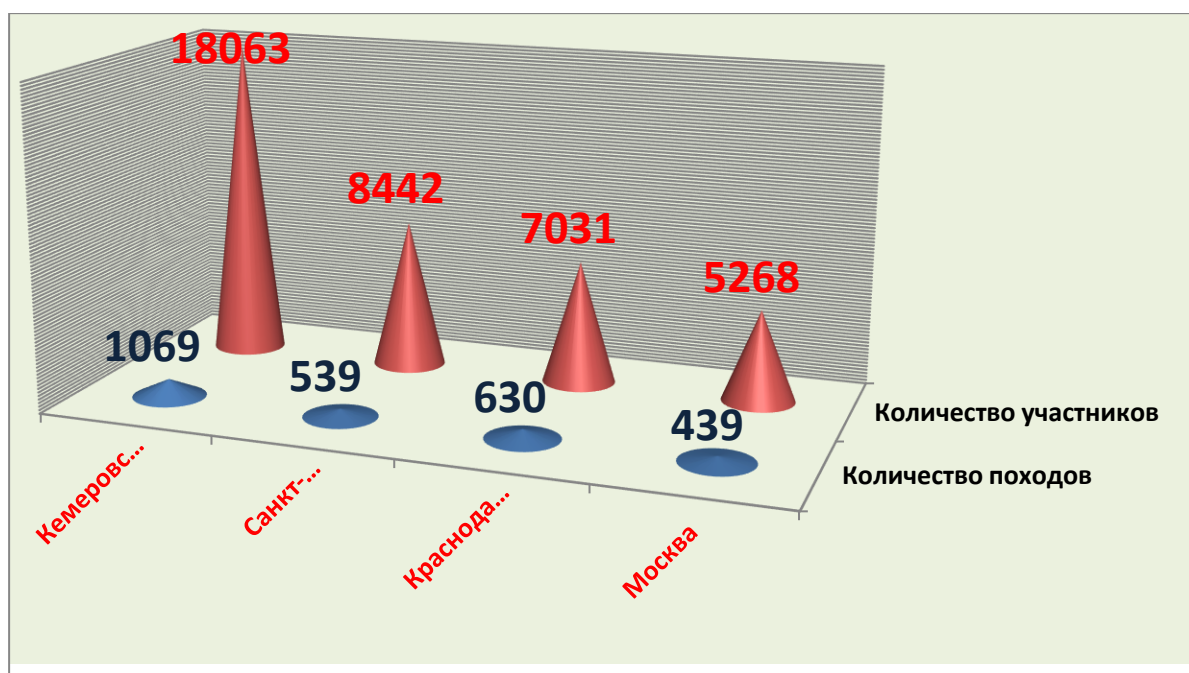


Рисунок 3 – Количество походов и участников в регионах-лидерах

Резюмируя изложенное необходимо отметить наметившийся рост количества маршрутно-квалификационных комиссий и походно-экспедиционной деятельности обучающихся в России.

Панов Илья Игоревич, руководитель сектора маршрутно-квалификационной комиссии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Федеральный центр дополнительного образования и организации отдыха и оздоровления детей», Россия, Москва, panov@fedcdo.ru.

ANALYSIS OF RESULTS ACTIVITIES OF ROUTE QUALIFICATION COMMISSIONS OF EDUCATIONAL ORGANIZATIONS IN 2021

Ilya Igorevich Panov, Head of the sector of the Route qualification Commission of the Federal State Budgetary Educational Institution of Additional Education "Federal Center for Additional Education and Recreation and Recreation for Children", Russia, Moscow, panov@fedcdo.ru.

Abstract. The article touches upon the issues of the relevance of collecting statistical data on the hiking and expeditionary activities of students, analyzes statistical data for 2021 on the number of route qualification commissions of educational organizations in Russia and on the number of hikes and expeditions in dynamics with data from 2020 and partly 2019, an attempt is made to analyze the data obtained.

Keywords: route qualification commission, hiking, types of tourism, category of complexity, coordination of powers.

SWOT-АНАЛИЗ ПРОБЛЕМ РАЗВИТИЯ ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННОЙ СРЕДЫ ПРОВИНЦИИ ХЭНАНЬ

Сяо Цзе, Гониянц С.А.

Аннотация. В статье выявлены и охарактеризованы основные проблемы развития туристско-рекреационной сферы в провинции Хэнань, которым н относятся: сохраняющийся низкий уровень занятости в указанной сфере; недостаточная интеграция туристско-рекреационной сферы на региональном уровне; недостаточный маркетинг и продажа туристско-рекреационных услуг; отсутствие развитости инновационного потенциала в туристско-рекреационной сфере; отсутствие информационного взаимодействия в туристско-рекреационной сфере; недостаток использования туристско-рекреационных ресурсов; остаются необоснованные вопросы о стоимости и доступности туристско-рекреационных услуг.

Ключевые слова: swot-анализ, туристско-рекреационная среда, провинция Хэнань, индустрия туризма.

Введение. Как известно [1, 3] опора на закон, позволяет говорить о том, что законы должны быть чёткими, а правоприменение бесспорным. Закон должен иметь экономическую основу и финансовое обеспечение. При этом, безусловно, стоит признать, что совершенного законодательства нигде в мире нет, и сущность права и заключается в том, чтобы достигать постоянно четкости и ясности закона путем возможного внесения дополнений и изменений, связанных с изменением потребностей общества, потребностей права в целом в урегулировании конкретных правоотношений [2].

На сегодняшний день, рассматривая проблемы, связанные с законодательным регулированием и правоприменением института туристской деятельности стоит отметить недостаточную теоретико-методологическую базу, которая бы четко определяла положения, касающиеся некоторых элементов института правоприменения, например касающиеся единообразия подхода, противоречий возникающих при разрешении сложных ситуаций, связанных с юридическими спорами, проблемы, связанные с регламентацией туристской деятельности в рамках отдельных элементов, сто и обусловило выбор направления исследования, представленного в данной статье.

Основные результаты исследования. Необходимо выделить основные проблемы, которые встречаются в регулировании туристской деятельности: дискуссионность понятий некоторых элементов института туристской деятельности; сложность правоприменительной практики (отсутствие единообразия применения и толкования закона; слабость защиты потребителей туристских); влияние внешних и внутренних

факторов развития и слабость правового реагирования на деятельность угрозы турист.

В процессе нашего исследования по методологии, предложенной Б.Б. Вингородским, В.С. Сизовым были выявлены ряд проблем, требующих их скорейшего разрешения [3].

На сегодняшний день, на позиционирование турфирм влияет множество факторов (рисунок 1). В современных условиях на статус турфирмы определяющее значение имеют факторы политического взаимодействия стран, от этого во многом зависит уровень визовой поддержки, о чем отмечалось в первой главе исследования.

В современных условиях развития большое значение имеет влияние информационно-коммуникативных факторов на институт аккредитации.

Туристический бизнес стал низкорентабельным из-за высокой конкуренции и демпинга некоторых турфирм, к середине сезона стало очевидно, что этот бизнес глубоко убыточен. Проблема в общей экономической и политической ситуации. В результате продажи упали на четверть, а блоков было забронировано гораздо больше - компания рассчитывала на большой поток, в итоге покрыть кассовый разрыв оказалось нечем. Стоит учитывать в связи с осложнением внешнеполитической обстановки выезд многих военных стал ограниченным.



Рисунок 1 – Факторы, влияющие на статус турфирмы

Нестабильная экономическая ситуация, международная обстановка, изменение курса валют, запрет на выезд силовикам – все это сыграло свою роль, но главная причина закрытия турфирм – многолетний демпинг.

В последние годы количество турфирм росло быстрее, чем число туристов, и они боролись за клиентов – спрос был значительно меньше, чем предложение, объясняет он. А блоки в гостиницах и на самолетах турфирмы выкупают традиционно заранее – в конце предыдущего сезона, исходя из планируемого турпотока: бронируются отели, чартерные рейсы; поэтому, если туров продается меньше, чем планировалось, фирма вынуждена выставить путевки за полцены – и у нее начинаются проблемы. При этом существующее законодательство не готово к быстро меняющемуся рынку.

Среди других проблем дискуссионного и правового характера, стоит отметить, что в научной литературе предлагается установить принцип равенства между субъектами туристской деятельности. Другие правоведы считают, что в настоящее время нет никаких факторов, которые бы указывали на принцип равенства турагента и туроператора, так как это субъекты разного уровня, разных функциональных обязанностей. Стоит заметить также недостаточную ясность подхода законодателя к раскрытию понятия договора реализации туристского продукта.

В то же время, повышение экономической эффективности, постоянно расширяется за счёт репутации туристического бренда «Родная провинция Хэнань». Туризм стал одним из «ключевых слов» с наивысшей степенью внимания в местном сообществе.

Туризм и отдых стали новыми горячими точками в социальном развитии провинции в последние годы. Развитие туризма стало новой ориентацией на привлечение инвестиций. Образ туризма стал новым представителем регионального имиджа. Снижение уровня бедности в сфере туризма стало новым механизмом борьбы с нищетой. Индустрия туризма стала важной областью для привлечения занятости, и индустрия туризма стала преобладающей отраслью для содействия экономическому и социальному развитию провинции.

Представим проблемы в рамках проведенного нами SWOT анализа, что позволит выработать конкретные меры для решения указанных проблем (таблица 1).

Таблица 1 – SWOT-анализ туристско-рекреационной деятельности Хэнань

<p>Сильные стороны</p> <ul style="list-style-type: none"> - рост ВРП, - положительная динамика основных экономических показателей по развитию туристско-рекреационной - действие множества программ в области туристско-рекреационной - повышение роли китайской медицины в мире - множество услуг предоставляемых в рамках социального развития туристско-рекреационной сферы 	<p>Слабые стороны</p> <ul style="list-style-type: none"> - сохраняющийся уровень низкого уровня занятости в указанной сфере, - недостаточная интеграция туристско-рекреационной сферы на региональном уровне; - недостаточный маркетинг и продажи, - отсутствие развитости инновационного потенциала в туристско-рекреационной сфере - отсутствие информационного взаимодействия в туристско-рекреационной сфере, - недостаток ресурсов.
<p>Возможности</p> <ul style="list-style-type: none"> - улучшение туристско-рекреационной сферы как фактор стабилизации, - регулирование цен - программирование туристско-рекреационного развития Хэнань - создание демонстрационных зон для привлечения туристов 	<p>Угрозы</p> <ul style="list-style-type: none"> - ухудшение внутренней и внешней экономической конъюнктуры туристско-рекреационной сферы, -снижение объемов производства, рост инфляции, - усиление социальной напряженности в связи со снижением уровня жизни. - несвоевременное, недостаточно проработанное принятие нормативных правовых актов туристско-рекреационной сферы -дефицит квалифицированных кадров туристско-рекреационной сферы.

Характеризуя в целом направленность представленного выше материала, мы можем заключить, что основная цель – всесторонне скоординированное и устойчивое развитие рекреационно-оздоровительного туризма.

Индустрия туризма в провинции Хэнань также находится в период структурной перестройки. В условиях несоответствия между развитием туристического продукта и богатыми туристическими ресурсами медленные маршруты въезда и выдающиеся преимущества местоположения не совпадают, сила туристических предприятий не соответствует все более ожесточенному региональному туристскому соревнованию, а туристический рынок не соответствуют потребностям.

Ядро преобразования и развития индустрии туризма заключается в том, чтобы адаптироваться к рыночному спросу, улучшить качество и эффективность поставок, стремиться к тому, чтобы действовать с тенденцией промышленного развития, так и с характеристиками более

высокого качества туристско-рекреационной сферы Хэнань, лучшей эффективностью, лучшей структурой, более управляемым, полным преимуществом.

Индустрия туризма в Хэнань должна уделить внимание развитию, посредством глобального планирования, в соответствии с местными условиями, богатыми элементами, развитием глобального туризма, строить основные сильные стороны фирменных продуктов, сосредоточиться на планировании, маркетинге и продвижении, укреплять брендинг, укреплять транспортную сеть. Создавать и совершенствовать систему идентификации туризма для повышения пропускной способности, совершенствовать стандарты обслуживания, совершенствовать службы обслуживания, обращать внимание на целостность услуг и улучшать качество обслуживания. Использовать «пять объединений» туризма, культуры, науки и техники, городских районов, сельского хозяйства и здравоохранения и содействовать интеграции развитие.

В соответствии с разворачиванием работы Хэнань будет укреплять безопасность и создавать благоприятные условия для развития индустрии туризма. Необходимо усилить организацию и реализацию, придерживаться планирования в туристско-рекреационной сфере в первую очередь, сосредоточиться на осуществлении туристических услуг, туризма, транспорта, туризма бренда. Улучшение политики поддержки, активизация финансовых вложений, осуществление политики в области землепользования в туризме, придание важности обучению туристского персонала и оказание решительной поддержки для ускорения развития индустрии туризма – вот основные направления, которые должны быть реализованы.

Выводы. Таким образом, SWOT анализ, а также указание существующих проблем позволяет выработать конкретные меры для совершенствования.

А именно, основными проблемами развития туристско-рекреационной сферы в провинции Хэнань являются: сохраняющийся уровень низкого уровня занятости в указанной сфере; недостаточная интеграция туристско-рекреационной сферы на региональном уровне; недостаточный маркетинг и продажи; отсутствие развитости инновационного потенциала в туристско-рекреационной сфере; отсутствие информационного взаимодействия в туристско-рекреационной сфере; недостаток ресурсов.

Литература

1. Бу, Руслан Х. Туризм и внешняя политика Китая = Tourism and China's foreign policy: монография / Руслан Бу. - Санкт-Петербург: Нестор-История, 2021. - 169 с.

2. Гао Кун, Ву. Переосмысление определения и коннотации туризма в сравнительной перспективе / Гао Кун, Ву, Биху, Ли Мими //

Региональные исследования и разработки. Том 37. № 1. - Февраль 2018. - С. 86-91. На китайском. 高璟, 吴必虎, 李咪咪.比较视野下旅游定义及其内涵的再思考 // 地域研究与开发. 第37卷.第1期. -2018年2月. 86-91页.

3. Заклязьминская, Е. О. Экономика туризма Китайской Народной Республики: диссертация ... кандидата экономических наук: 08.00.14 / Заклязьминская Екатерина Олеговна; [Место защиты: Ин-т Дальнего Востока РАН]. - Москва, 2019. - 310 с.

Сяо Цзе, студент, кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва.

Гониянц Степан Александрович, к.п.н., профессор, профессор кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва.

SWOT ANALYSIS OF THE PROBLEMS OF THE DEVELOPMENT OF THE TOURIST AND RECREATIONAL ENVIRONMENT OF HENAN PROVINCE

Xiao Jie, student, Department of Recreation and Sports and Health Tourism, Institute of Tourism, Recreation, Rehabilitation and Fitness, Federal State Budgetary Educational Establishment of Higher Education «The Russian University of Sports «GTSOLIFK», Russia, Moscow.

Goniyants Stepan Aleksandrovich, Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Department of Recreation and Sports and Health Tourism, Institute of Tourism, Recreation, Rehabilitation and Fitness, Federal State Budgetary Educational Establishment of Higher Education «The Russian University of Sports «GTSOLIFK», Russia, Moscow.

Abstract. *The article identifies and characterizes the main problems of the development of the tourist and recreational sphere in Henan province, which include: the continuing low level of employment in this sphere; insufficient integration of the tourist and recreational sphere at the regional level; insufficient marketing and sale of tourist and recreational services; lack of development of innovative potential in the tourist and recreational sphere; lack of information interaction in the tourist and recreational sphere; lack of use of tourist and recreational resources; there are unsubstantiated questions about the cost and availability of tourist and recreational services.*

Keywords: *swot analysis, tourist and recreational environment, Henan province, tourism industry.*

References

1. Bu, Ruslan H. *Tourism and China's Foreign Policy = Tourism and China's foreign policy: monograph* / Ruslan Bu. - St. Petersburg : Nestor-History, 2021. - 169 p.

2. Gao Kun, Fu. *Rethinking the definition and connotation of tourism in a comparative perspective* / Gao Kun, Wu, Behu, Li Mimi // *Regional research and development*. Volume 37. No. 1. - February 2018. - pp. 86-91. In Chinese. 高璟, 吴必虎, 李咪咪.比较视野下旅游定义及其内涵的再思考 // 地域研究与开发. 第37卷.第1期.-2018年2月. 86-91页.

3. Zaklyazminskaya, E. O. *Tourism economics of the People's Republic of China: dissertation... Candidate of Economic Sciences: 08.00.14* / Zaklyazminskaya Ekaterina Olegovna; [Place of Protection: Institute of the Far East of the Russian Academy of Sciences]. - Moscow, 2019. - 310 p.

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА МЕЖДУ РФ И КНР

Ткачёва А.В.

***Аннотация.** В научной статье рассматривается сотрудничество между Российской Федерацией и Китаем в области туризма. Обсуждается круг проблем, связанных с туризмом между двумя странами и принятые меры по их урегулированию. Основной круг вопросов связанный с: безопасностью и комфортным пребыванием русских туристов в Китае и китайских в России.*

***Ключевые слова:** Россия, Китай, турист, русско-китайский туризм, саммит.*

В целях улучшения взаимоотношений в сфере туризма между РФ и КНР за последние годы было проведено множество различных мероприятий и программ. Одним из важных шагов укрепления взаимоотношений между странами стал 2012 «Год российского туризма в Китае». В рамках этого года были проведены различные мероприятия, направленные на рост культурного взаимопонимания граждан обеих стран, увеличилось число китайских туристов в Россию на 46%, ознаменовав успех задуманного мероприятия [1].

2013 год стал годом китайского туризма в России, к сожалению проведенные мероприятия не заинтересовали инвесторов. Но по результатам двухстороннего сотрудничества был подписан договор совместного Заявления Федерального агентства по туризму в РФ и КНР [7].

2015 год ознаменовался очередным саммитом в формате Международной конференции China- Friendly – Russia в ходе саммита участники обсуждали проблемы выезда и въезда российских и китайских граждан на территории других стран, конкурентоспособность с другими государствами в сфере туризма, комфортабельное пребывание и комфортную обстановку для туриста [4].

В 2016 году на очередном саммите российско-китайского туристического форума широко обсуждался ряд следующих вопросов:

1. Создание и применение турпродукта для китайского туриста.
2. Привлечение российского туриста в Китай.
3. Повышение уровня знаний у российского туриста о Китае и наоборот у китайского туриста о России [6].

На туристическом форуме российско-китайского саммита в 2017 году важным стало подписание Соглашения «Мир без границ» [3] и «Международная ассоциация аэропортов». Подобного рода соглашения позволяют странам расширить количество перевозок туристического потока в страны РФ и КНР. Кроме того, в рамках программы China

Friendly рассматривались такие вопросы как:

1. Создание комфортных условий для китайских и русских туристов.
2. Знакомство с традициями русских и китайцев.
3. Реклама достопримечательностей.

В 2017 году открывается офис национального туризма Visit Russia в Пекине. Данный офис послужил:

1. Продвижению российского туристического продукта в Китае.
2. Появилось повышение доверия к российскому сервису.
3. Сформировался позитивный образ России в Китае.

На шестом саммите в 2018 году в России, главным вопросом явился Чемпионат мира, на котором обсуждались условия приема туристов из разных стран в том числе и Китая [9].

На форуме в 2019 году обсуждался вопрос, связанный с «серыми схемами» в русско-китайском туризме и борьба с ними [8].

Проведение каждый год форумов о русско-китайском туризме показали, что туризм является важным направлением в экономики России и КНР. С каждым годом в Россию прибывает все больше гостей из Китая, занимая одну из лидирующих позиций в туристической экономике. Согласно приведенной статистике из «Мир без границ» по итогам 2019 года Россию посетили 12% туристов из Китая, и это еще не предел, к сожалению, из-за коронавирусной инфекции процент снизился практически в половина [3]. Таким образом создав кризис на азиатском туристическом направлении.

Еще одна проблема связана с «серыми схемами» которая позволяет возвращать прибыль китайских туристов обратно и таким образом утекать из нашей казны. Посещая Россию китайские туристы чаще всего обслуживаются своими же соотечественниками, которые водят их по своим магазинам, и ресторанам, проводят экскурсии по России китайские гиды. Естественно об уплате налогов речь не идет, а вся прибыль утекает обратно в Китай.

Для российской экономики такого рода туризм вреден по следующим причинам:

1. Россия теряет прибыль.
2. Низкое качество сервиса.
3. Возникновение негативного мнения о России со стороны китайских туристов.

Из-за не качественного сервиса, к сожалению, большинство туристов из Китая остаются разочарованными и больше не стремятся возвращаться в Россию. Так же следует отметить некачественную работу большинства гидов, которые рассказывают ложную информацию о нашей стране, таким образом создавая негативное представление о ней [5]. Все эти факторы, безусловно, лишь усугубляют наши отношения с китайскими гражданами и подрывают нашу экономику.

Существует так же и другая сторона медали, связанная с негативным отношением наших соотечественников к китайскому туристу. Чаще всего это связано с поведением и отношением китайских туристов к культурным ценностям или к самим русским [10]. Хорошим примером является 2017 и 2019 год, когда группа туристов из Китая попыталась штурмом взять паром на Байкале оттесняя русских. Еще один инцидент произошел в Царском селе, когда двое китайских туристов избили в очереди россиянку, так же есть свидетельство негативных высказываний китайских туристов в отношении Дальнего Востока, многие все еще полагают, что он должен принадлежать Китаю, а не России [2]. Безусловно все эти факторы являются ключевыми в притязании граждан двух государств между друг другом. И все попытки правительства РФ и КНР, что-либо с этим поделать не увенчаются успехом.

Таким образом проведя наше исследование мы сделали следующие выводы: государства РФ и КНР из-за всех сил стремятся развивать туризм между нашими странами, сделав его максимально комфортным и безопасным для граждан обеих стран, но, к сожалению, из-за поведения китайцев в России, многие граждане Российской Федерации негативно относятся к такого рода туризму.

Литература

1. Автопробег Пекин-Москва // Официальный сайт Туристической ассоциации «Мир без границ» [Электронный ресурс] URL:<http://www.visit-russia.ru/our-projects/avtoprobeg-pek-in-moskva> (дата обращения: 15.11.2022г.)
2. Масштабная драка на Байкале: 300 китайцев взяли штурмом паром и напали на экипаж // Интернетиздание «Inforeactor» [Электронный ресурс] URL: <https://inforeactor.ru/98959-masshtabnaya-draka-na-baikale300-kitaicev-vzyali-shturmom-parom-i-napali-na-ekipazh> (дата обращения: 15.11.2022г.)
3. Инвестиционное сотрудничество в сфере туризма – новое направление российско-китайского стратегического диалога // Официальный сайт Туристической ассоциации «Мир без границ» [Электронный ресурс] URL:<http://visit-russia.ru/news/investicionnoe-sotrudnichestvo-v-sfere-turizma-novoe-napravlenierossiysko-kitayskogo> (дата обращения: 15.11.2022г.)
4. Национальный туристский офис Visit Russia открылся в столице Китая // Официальный сайт Министерства культуры РФ [Электронный ресурс] URL:<http://www.mkrf.ru/press/news/natsionalnyy-turistskiyofis-visit-russia-otkrylsya-v-stolitse-kitaya20171006165753/> (дата обращения: 15.11.2022г.)
5. Официальный сайт Федерального агентства по туризму [Электронный ресурс] URL: <https://www.russiatourism.ru/> (дата обращения: 15.11.2022г.)

6. Очкасова И.С., Шелег Е.А. Анализ развития российско-китайского туризма в Российской Федерации // Вестник ассоциации вузов туризма и сервиса. – 2019. № 1

7. Российско-китайский туристический форум (2-й саммит), 16 ноября 2012, Шанхай // Официальный сайт ООО «Маркетинг, выставки, консалтинг [Электронный ресурс] URL:http://www.archive.expochina.pro/exhibitions/rossijsko_kitajskij_turisticheskij_forum_2_j_sammit_16_nojabr_ja_2012_shanghai/ (дата обращения: 15.11.2022г.)

8. IV Российско-китайский туристический форум 2016 // Официальный сайт Туристической ассоциации «Мир без границ» [Электронный ресурс] URL:<http://www.visit-russia.ru/news/iv-rossiysko-kitayskiyturisticheskij-forum-2016> (дата обращения: 15.11.2022г.)

9. V Российско-китайский туристический форум: стратегия трансформации количества в качество // Официальный сайт Туристической ассоциации «Мир без границ» [Электронный ресурс] URL:<http://www.visit-russia.ru/news/v-rossiysko-kitayskiy-turisticheskij-forum-strategiya-transformacii-kolichestva-v-kachestvo-1> (дата обращения: 15.11.2022г.)

10. Чирков Д.К, Чиркова Ю.Б. «Теневой» бизнес в туристской деятельности и экономическая безопасность России // Сервис plus. – 2018. № 1.

Ткачёва Александра Васильевна, преподаватель кафедры Гуманитарных и социально-экономических дисциплин, Учреждение высшего образования «Московский художественно-промышленный институт», Москва, Россия.

THE CURRENT STATE OF TOURISM DEVELOPMENT BETWEEN RUSSIA AND CHINA

Tkacheva Alexandra Vasilyevna, Lecturer of the Department of Humanities and Socio-Economic Disciplines, Institution of Higher Education "Moscow Art and Industrial Institute", Moscow, Russia.

Abstract. The scientific article discusses the cooperation between the Russia and China in the field of tourism. The range of problems related to tourism between the two countries and the measures taken to resolve them are discussed. The main range of issues related to: the safety and comfortable stay of Russian tourists in China and Chinese in Russia.

Keywords: Russia, China, PRC, tourist, Russian-Chinese tourism, summit.

References

1. Beijing-Moscow motor rally // Official website of the Tourism Association "World without Borders" [Electronic resource] URL:<http://www.visit-russia.ru/our-projects/avtoprobeg-pekina-moskva> (accessed: 11/15/2022)

2. Large-scale fight on Lake Baikal: 300 Chinese stormed the ferry and attacked the crew // Inforeactor online publication [Electronic resource] URL:

<https://inforeactor.ru/98959-masshtabnaya-draka-na-baikale300-kitaicev-vzyali-shturmom-parom-i-napali-na-ekipazh> (accessed: 15.11.2022)

3. Investment cooperation in tourism – a new direction of the Russian-Chinese strategic dialogue // Official website of the Tourism Association "World without Borders" [Electronic resource] URL:<http://visit-russia.ru/news/investicionnoe-sotrudnichestvo-v-sfere-turizma-novoe-napraavlenerossiysko-kitayskogo> (accessed: 15.11.2022)

4. Visit Russia National Tourist Office opened in the capital of China // Official website of the Ministry of Culture of the Russia [Electronic resource] URL:<http://www.mkrf.ru/press/news/natsionalnyy-turistskiyofis-visit-russia-otkrylsya-v-stolitse-kitaya20171006165753> / (accessed: 11/15/2022)

5. Official website of the Federal Agency for Tourism [Electronic resource] URL: <https://www.russiatourism.ru/> (accessed: 15.11.2022)

6. Ochkasova I.S., Sheleg E.A. Analysis of the development of Russian-Chinese tourism in the Russia // Bulletin of the Association of Universities of Tourism and Service. – 2019. № 1

7. Russian-Chinese Tourism Forum (2nd Summit), November 16, 2012, Shanghai // Official website of Marketing, Exhibitions, Consulting LLC [Electronic resource] URL:http://www.archive.expochina.pro/exhibitions/rossijsko_kitajskij_turisticheskij_forum_2_j_sammit_16_nojabr_ja_2012_shanghaj/ (accessed: 11/15/2022)

8. IV Russian-Chinese Tourism Forum 2016 // Official website of the Tourism Association "World without Borders" [Electronic resource] URL:<http://www.visit-russia.ru/news/iv-rossijsko-kitayskiyturisticheskij-forum-2016> (date of application: 15.11.2022)

9. V Russian-Chinese Tourism Forum: strategy of transformation of quantity into quality // Official website of the Tourism Association "World without Borders" [Electronic resource] URL:<http://www.visit-russia.ru/news/v-rossijsko-kitayskiy-turisticheskij-forum-strategiya-transformaciikolichestva-v-kachestvo-1> (date of application: 15.11.2022)

10. Chirkov D.K., Chirkova Yu.B. "Shadow" business in tourism and economic security of Russia // Service plus. – 2018. No. 1

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ДЕТСКОГО НЕКОММЕРЧЕСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ НА ПРИМЕРЕ КЛУБА «РУБЕЖ» ФЕДЕРАЦИИ СЛЕДОПЫТОВ РОССИИ

Харланов Н.А.

***Аннотация.** Анализируется опыт создания и развития учебной программы детского некоммерческого объединения на примере клуба «Рубеж». Оценивается эффективность учёбы в разных разделах программы, в том числе быстрота приобретения туристических навыков, принятие правил походной жизни и техники безопасности. Анализируются интенсивность и продолжительность занятий, проявление устойчивого интереса к туризму, культурным и природным особенностям маршрута. По итогам делается вывод об актуальных вопросах, связанных с подобными детскими некоммерческими объединениями.*

***Ключевые слова:** клуб «Рубеж», Федерация Следопытов России (ФСР), туризм, детский туризм, социальные проекты, государственная поддержка.*

Введение. Своё начало клуб «Рубеж» берёт с 2006 года. Именно тогда зародилась идея, что дети могут принимать участие в Федерации Следопытов России, находясь в одной команде с людьми, имеющих схожие интересы и увлечения. За свою многолетнюю историю клуб неоднократно менялся. Немаловажный вклад в его развитие делали не только его участники, но и его руководители. Каждый из них старался сделать что-то особенное, дать его участникам новый и до того неизвестный им опыт.

К сегодняшнему дню клуб помогает в проведении и реализации во множествах проектах, связанных с туризмом и со следопытским движением в нашей стране. Дети от 11 лет воспитывают в себе множество новых качеств и стремятся продемонстрировать все свои возможности. Руководство клуба и ФСР считают, что необходимо вкладывать как можно больше усилий в развитие детских способностей в самых разных направлениях.

Основная часть. Программа клуба «Рубеж» подразумевает сразу несколько основных аспектов деятельности. В ней выделено несколько основных блоков и с каждым годом их количество растёт, так как всё больше и больше детей заинтересованы в данном клубе. Так как «Рубеж» является частью Федерации Следопытов России, то в его программе отдельное место отводится для приобретения или улучшения знаний и умений, связанных с туризмом.

В течение года устраиваются выезды, направленные на развитие туристических навыков. В пример хочется привести недавний выезд, на котором для участников было проведено спортивное ночное

ориентирование. Дети сами были заинтересованы, чтобы ориентирование состоялось, поэтому были заранее подготовлены, пройдя необходимый инструктаж и своевременно собрав необходимое снаряжение. На этом же выезде отдельное место занял и тренинг по скалолазанию. На нём детям была предоставлена возможность воспользоваться более продвинутым снаряжением: гри-гри, жумар, страховочные усы. Так же участники клуба уже неоднократно ходили в походы выходного дня в самые разные места Ленинградской области.

Помимо туризма дети принимают активное участие в социальных проектах связанных, как с ФСР, так и нет. В рядах Федерации Следопытов России «Рубеж» помогает в создании и в проведении мероприятий нашего движения. Клуб принимает участие в создании новогоднего благотворительного спектакля.

На сегодняшний день существует множество моментов, которые в той или иной степени негативно влияют на работу клуба и подобных ему объединений. Хотелось бы выделить основные проблемы, которые затрудняют развитие детских некоммерческих объединений в сфере туризма:

1. Одной из главных проблем в настоящий момент является отсутствие государственной поддержки в направлении детского туризма. Государственными органами фактически игнорируется, что любая форма организованного детского туризма (одновременно отдыха и оздоровления) выполняет важнейшую системную задачу социализации молодёжи, то есть вовлекает ребенка в социальную жизнь, формирует ответственность и кругозор, оздоравливает и закрепляет навыки в разнообразных видах созидательной деятельности.

2. Помимо отсутствия поддержки растёт и количество необходимой документации для проведения туристических походов. Необходимо способствовать пересмотру и корректировке нормативно-правовых актов и документов по детско-юношескому и спортивно-оздоровительному туризму (положения, регламенты, ГОСТы, СанПиНы, правила и др.) в целях приведения их в соответствие требованиям современной молодёжной политики.

3. Из-за отсутствия должной поддержки со стороны государства, родители стали меньше уделять должного внимания касательно здоровья своих детей. На сегодняшний момент снизилось более чем на 58% количество участников туристических походов. С каждым годом растёт сложность донести до родителей основные принципы и необходимость участия детей в подобных мероприятиях.

В настоящий момент существует несколько вариантов решений данных проблем:

1. Рассмотреть состояние и перспективы совершенствования

государственной молодёжной политики, в том числе детско-юношеского и молодежного спортивно-оздоровительного туризма, и отдыха, деятельность в этой сфере Министерства просвещения РФ, состояние детских оздоровительных лагерей в Российской Федерации.

2. Провести оценку эффективности применения государственными органами нормативных документов, регулирующих деятельность по организации детского отдыха и детско-юношеского и спортивно-оздоровительного туризма, с точки зрения достижения целей государственной молодёжной политики. Рассматривать туристско-краеведческую деятельность обучающихся как одну из перспективных форм организации активного летнего отдыха в условиях природной среды.

3. Обеспечить научное обоснование и экспериментальную проверку всех вводимых в систему детско-юношеского туризма и отдыха нововведений: ввиду их особой общественной значимости все нововведения перед внедрением должны пройти этап широкого общественного обсуждения и коррекции по результатам обсуждения.

Вывод. В заключении этой статьи хочется отметить, что для работы детских некоммерческих организаций необходим постоянный диалог с государственными учреждениями. Автор статьи считает, что отсутствие данного диалога может чрезвычайно сильно отразиться на молодёжных движениях, что в свою очередь приведёт к катастрофическим проблемам общества нашей страны в будущем. В случае перемен

Литература

1. Алексеева И.С., Васильев В.П., Самуйлова П.В. Курс опытного следопыта. Санкт-Петербург, 2018г.- 126 с.
2. Следопыт. Журнал Федерации Следопытов России под редакцией О. Васильевой, П. Самуйловой, № 5, 34 стр., илл., 2019г.
3. Васильев В.П. Резолюция научно-практической конференции «Актуальные вопросы работы с детьми и молодёжью в России и возможности её активизации», 2021г. - 6 стр.

Харланов Николай Алексеевич, nikolas3ha@gmail.com, Россия, Москва.

TOPICAL ISSUES OF ORGANIZING THE WORK OF A CHILDREN'S NON-PROFIT ASSOCIATION IN THE MODERN WORLD ON THE EXAMPLE OF THE RUBEZH CLUB OF THE RUSSIA OF PATHFINDERS

Kharlanov Nikolay Alekseevich, nikolas3ha@gmail.com, Russia, Moscow.

Abstract. *The experience of creating and developing the curriculum of a children's non-profit association is analyzed on the example of the Rubezh club. The effectiveness of studying in different sections of the program is evaluated, including the speed of acquiring tourist skills, the adoption of the rules of camping life and safety. The intensity and duration*

of classes, the manifestation of sustained interest in tourism, cultural and natural features of the route are analyzed. As a result, a conclusion is made about topical issues related to such children's non-profit associations.

Keywords: *club "Rubezh", Federation of Pathfinders of Russia (FSR), tourism, children's tourism, social projects, state support.*

References

1. Alekseeva I.S., Vasiliev V.P., Samuilova P.V. The course of an experienced pathfinder. St. Petersburg, 2018- 126 p.

2. The pathfinder. Journal of the Federation of Pathfinders of Russia edited by O. Vasilyeva, P. Samuilova, No. 5, 34 p., fig., 2019

3. Vasiliev V.P. Resolution of the scientific and practical conference "Topical issues of work with children and youth in Russia and the possibility of its activation", 2021 - 6 p.

ТУРИЗМ И МОЛОДЕЖНАЯ ПОЛИТИКА: НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ АСПЕКТ

Шишова А.А.

***Аннотация.** В настоящее время сфера туризма выступает одной из наиболее динамично развивающихся отраслей мирового хозяйства. Более того, на современном этапе значительно актуализируется такой вид туризма, как молодежный туризм. Тем не менее, на законодательном уровне аспекты и составляющие молодежного туризма полностью не отображены. В статье изучается связь молодежной политики и сферы туризма, проводится традиционный анализ документов по регламентации молодежного туризма.*

***Ключевые слова:** туризм, молодежная политика, молодежный туризм, право, правовое регулирование, нормативно-правовой акт.*

На сегодняшний день отрасль туризма представляет собой совокупность всех организаций, производящих материальные и нематериальные товары и услуги, которые обеспечивают процесс производства, распределения и потребления туристского продукта. Сфера туризма вносит существенный вклад в формирование валового внутреннего продукта, способствует разрешению острых социальных вопросов, а также оказывает влияние на повышение уровня и качества жизни населения.

Определяя развитие отрасли туризма, следует обратить внимание на растущий интерес молодежи к туристической сфере. В настоящее время такое направление, как молодежный туризм, пока не приобрело четких концептуальных очертаний. И хотя система законодательства в области молодежного туризма складывается не только для упорядоченности стабильности самого законодательства, но и для потребностей общества, на данный момент связь молодежной политики и сферы туризма прослеживается слабо.

Основным нормативно-правовым актом, регламентирующим деятельность молодежи, является Федеральный закон от 30 декабря 2020 года № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации». Основными направлениями реализации молодежной политики являются воспитание патриотизма, поддержка инициатив молодежи, предоставление социальных услуг [1]. Что касается сферы туризма, то документ не предусматривает участие молодежи в данной отрасли. И хотя к основным направлениям реализации молодежной политики также относится организация досуга и отдыха и содействие здоровому образу жизни, отрасль туризма не отражена.

Важным документом, регулирующим сферу молодежной политики, является Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 ноября 2014 года № 2403-р «Об утверждении Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года». Согласно Основам, целью государственной молодежной политики является совершенствование условий для успешной самореализации молодежи, направленной на раскрытие ее потенциала для дальнейшего развития Российской Федерации. Для достижения поставленной цели в документе выделяются приоритетные задачи, в частности, повышение доступности молодежного туризма и развитие его инфраструктуры [2]. Таким образом, в Основах государственной молодежной политики рассматривается молодежный туризм, но представляет собой одну из приоритетных задач достижения целей молодежной политики.

Ключевые цели, задачи, принципы и направления государственной политики Российской Федерации в сфере туризма определены в таком нормативно-правовом акте, как Федеральный закон от 24 ноября 1996 года № 132-ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации». Государство, признавая туристскую деятельность одной из приоритетных отраслей экономики Российской Федерации, содействует развитию туристской деятельности, определяет и поддерживает ее приоритетные направления, но не рассматривает молодежный туризм как составляющую сферу туризма [3].

Некоторые аспекты молодежного туризма представлены в Распоряжении Правительства Российской Федерации от 20 сентября 2019 года № 2129-р «Об утверждении Стратегии развития туризма в Российской Федерации на период до 2035 года». Данный документ рассматривает молодежный туризм как туризм лиц в возрасте от 18 до 35 лет. В Стратегии также указано, что в рамках реализации государственной политики по стимулированию спроса на услуги туризма необходимо обеспечить поддержку мероприятий по популяризации культуры туризма среди молодого поколения, в том числе по развитию системы обучения организаторов молодежного туризма [4].

Таким образом, в настоящее время понятие молодежного туризма, его цели и принципы в системе нормативно-правовых актов не отображены. На сегодня не имеется нормативно-правовой и материальной базы для развития молодежного туризма в России.

Отдельные направления молодёжного туризма в настоящее время развиваются самостоятельно [5]. Большой популярностью у молодёжи пользуются активные виды отдыха, например, конные путешествия, велотуризм, альпинизм, рафтинг. Большая часть молодёжного туризма в России осуществляется в рамках самодеятельных туров, не позволяющих полностью развиваться туристской инфраструктуре на местах. Поэтому первоочередной задачей при развитии молодёжного туристского движения

в России должно стать, наряду с созданием нормативно-правовой базы, определение целевых функций и разработка перспективных направлений, позволяющих раскрыть возможности специализированных туристских продуктов, ориентированных на молодёжную аудиторию.

Подводя итог, можно отметить, что на сегодняшний день сфера молодежного туризма нуждается в нормативно-правовом закреплении, определении целевых функций и просветительской работе, которая могла бы поспособствовать привлечению специальных групп. Российская Федерация имеет большие перспективы для развития молодежного туризма. Выгодное географическое положение и богатый природный и культурный потенциал можно применять при создании различных направлений молодежного туризма.

Литература

1. Федеральный закон «О молодежной политике в Российской Федерации» от 30 декабря 2020 г. № 489-ФЗ (последняя редакция) // Российская газета. – 11 января 2021 г.
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации «Об утверждении Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года» от 29 ноября 2014 г. № 2403-р // Российская газета. – 8 декабря 2014 г.
3. Федеральный закон «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» от 24 ноября 1996 г. № 132-ФЗ (последняя редакция) // Российская газета. – 1 декабря 1996 г.
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации «Об утверждении Стратегии развития туризма в Российской Федерации на период до 2035 года» от 20 сентября 2019 г. № 2129-р (с изменениями от 07.02.2022 г.) // Российская газета. – 27 сентября 2019 г.
5. Коновалова, Е. Е. Развитие молодежного туризма в России / Е. Е. Коновалова, Н. В. Косарева // Сервис в России и за рубежом. – 2016. – № 1. – С. 3-16.

Шишова Анастасия Алексеевна, магистрант I курса кафедры государственного управления и молодёжной политики, shishowa.nastu@yandex.ru, Россия, Москва, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК».

TOURISM AND YOUTH POLICY: REGULATORY ASPECT

Shishova Anastasia Alekseevna, first-year master's student of the Department of public administration and youth policy, shishowa.nastu@yandex.ru, Russia, Moscow, Federal State Budgetary Educational Establishment of Higher Education «The Russian University of Sports «GTSOLIFK».

Abstract. *Currently, the tourism sector is one of the most dynamically developing sectors of the world economy. Moreover, at the present stage, such type of tourism as youth tourism is being significantly updated. However, at the legislative level, the aspects and components of youth tourism are not fully reflected. The article examines the relationship between youth policy and the tourism sector, conducts a traditional analysis of documents on the regulation of youth tourism.*

Keywords: *tourism, youth policy, youth tourism, law, legal regulation, regulatory legal act.*

References

1. *Federal'nyj zakon «O molodezhnoj politike v Rossijskoj Federacii» ot 30 dekabrya 2020 g. № 489-FZ (poslednyaya redakciya) // Rossijskaya gazeta. – 11 yanvarya 2021 g.*
2. *Rasporyazhenie Pravitel'stva Rossijskoj Federacii «Ob utverzhdenii Osnov gosudarstvennoj molodezhnoj politiki Rossijskoj Federacii na period do 2025 goda» ot 29 noyabrya 2014 g. № 2403-r // Rossijskaya gazeta. – 8 dekabrya 2014 g.*
3. *Federal'nyj zakon «Ob osnovah turistskoj deyatel'nosti v Rossijskoj Federacii» ot 24 noyabrya 1996 g. № 132-FZ (poslednyaya redakciya) // Rossijskaya gazeta. – 1 dekabrya 1996 g.*
4. *Rasporyazhenie Pravitel'stva Rossijskoj Federacii «Ob utverzhdenii Strategii razvitiya turizma v Rossijskoj Federacii na period do 2035 goda» ot 20 sentyabrya 2019 g. № 2129-r (s izmeneniyami ot 07.02.2022 g.) // Rossijskaya gazeta. – 27 sentyabrya 2019 g.*
5. *Konovalova, E. E. Razvitie molodezhnogo turizma v Rossii / E. E. Konovalova, N. V. Kosareva // Servis v Rossii i za rubezhom. – 2016. – № 1. – S. 3-16.*

ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИИ МАССОВЫХ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ, ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ, ЭКСПЕДИЦИЙ, ЛАГЕРЕЙ

УДК 796.51

О ПРИМЕНЕНИИ МЕТОДИК КАТЕГОРИРОВАНИЯ ТУРИСТСКИХ МАРШРУТОВ ПРИ ВЫПУСКЕ ДЕТСКИХ ГРУПП В САМОДЕЯТЕЛЬНЫЕ ПОХОДЫ, ЭКСПЕДИЦИИ, СБОРЫ

Губаненков С.М.

***Аннотация.** К вопросу категорирования туристских маршрутов с детьми. Критерии определения сложности пешеходного маршрута, Методы проверки групп перед походом*

***Ключевые слова:** туристский маршрут; маршрутно-квалификационная комиссия; категории сложности; препятствия на маршруте.*

Выход в 2022 году распоряжения Правительства Российской Федерации от 5 апреля 2022 г. N 744-р «Об утверждении перечня видов туристских маршрутов, требующих сопровождения инструктором-проводником, категорий их сложности и критериев отнесения туристского маршрута к соответствующей категории сложности, в том числе с учетом обеспечения безопасности туристов» на практике показал то, что до этого в туризме было очевидно в теории: нормативные акты, разработанные Федерацией спортивного туризма России и утвержденные Министерством спорта России, являются ведомственными нормативными актами, а методики категорирования спортивных маршрутов не являются даже и таковыми. Их статус носит рекомендательный характер.

Правда, нужно не иметь головы, чтобы пренебречь этими рекомендациями, аккумулировавшими опыт многих поколений умных и умелых туристов, но голова нужна также и для того, чтобы понимать, что методики не совершенны и никогда не будут совершенными в силу очень большого разнообразия препятствий на маршрутах туристских походов и невозможности измерения всех их параметров. Это – объективная данность.

Одной из субъективных причин несовершенства методик может считаться разобщенность представителей разных видов туризма, в том числе и составителей методик категорирования. Специалисты в пешеходном и горном туризме на одни и те же вещи смотрят по-разному, «пешеходники» включают в пешеходные маршруты водные части, «водники» – наоборот, а разработчики методик категорирования комбинированных маршрутов оставляют за руководителем собирающейся

на маршрут группы право самостоятельного решения, считать ли этот маршрут комбинированным или каким-то другим.

Еще одной объективно-субъективной причиной является представление походов участниками соревнований по виду спорта, вынужденного соответствовать большинству требований, предъявляемых ко всем видам спорта в России. Субъективность этой причины заключается в том, что далеко не все люди, собирающиеся в походы и использующие методики категорирования, считают свои занятия спортом, считают необходимым придерживаться правил вида спорта «спортивный туризм». Объективность причины заключается в единстве требований, предъявляемых Минспорта России к занятиям, претендующим на звание вида спорта: «хочешь быть спортом – отвечай всем формальным признакам спорта», «хочешь быть успешным видом спорта – доведи массовость и представительство спортивных соревнований до размеров, которые Минспорта признает успешными». Поэтому многие из поправок, которые сегодня вносятся в методики категорирования маршрутов, делаются не ради повышения безопасности, а ради повышения массовости прохождения категорированных маршрутов.

В отличие от самодеятельных походов совершеннолетних людей, в которых каждый турист, в общем, отвечает за себя сам и каждый принимает решение об участии в движении по маршруту «на свой страх и риск», дети и не способны и лишены права принимать такие решения самостоятельно. За детей отвечают взрослые, и эта ответственность заставляет их относиться к безопасности маршрута более скрупулёзно, чем, если бы эти взрослые готовили маршрут для себя. То же касается и экспертов маршрутно-квалификационных комиссий. Возможно поэтому применение принятых Федерацией спортивного туризма России методик категорирования спортивных маршрутов к маршрутам, составленным для прохождения детскими группами высвечивает целый ряд существенных недостатков методик, из которых наиболее очевидными являются следующие:

1. Наличие на маршруте препятствий, идущих в зачет его сложности, и возможность наличия препятствий, не идущих в зачет сложности и потому не учитываемых при определении сложности маршрута. С точки зрения соответствия спортивным требованиям достаточно учесть идущие в зачет препятствия, с точки зрения обеспечения безопасности конкретной группы туристов на конкретном маршруте нужно учитывать все препятствия, потому что и «незачетные препятствия» утомляют туристов, а их утомление (переутомление) может стать причиной непоправимой ошибки с последствиями.

2. Не учёт сложности переправ через горные реки при определении сложности маршрутов с помощью «горной» методики категорирования. На начальных категориях сложности маршрутов в горах - а именно в такие

маршруты отправляются дети - переправы представляют не меньшую опасность и сложность, чем перевалы, и не учитывать их при категорировании маршрута небезопасно.

3. Отсутствие четких различий между горными и пешеходными маршрутами, приводящее к тому, что одни и те же маршруты могут категорироваться с применением разным методик и получением разных результатов категорирования. Разница в результатах будет формальной разницей: реальная сложность маршрута не зависит от примененных методик его категорирования, но при переходе от пешеходных маршрутов к горным и - реже - наоборот, могут возникать накладки с учетом маршрутного опыта и недостаточный учет фактора высоты при выпуске на маршруты в горах.

4. Недостаточность внимания, уделенного составителями методик докатегорийным (степенным) маршрутам в случае - при наличии необходимого опыта группы - включения в них категорированных препятствий. Сколько категорированных препятствий может быть на некатегорийных маршрутах, чтобы прохождение маршрута оставалось настолько же безопасным, насколько и прохождение полноценного категорийного маршрута? Необходима пропорция, которая сейчас методиками не предлагается.

5. Не учёт глубины и характера залегания снежного покрова на лыжных маршрутах, лавинной опасности, камнеопасности, недостаточный учет изменчивости уровня воды на препятствиях водных маршрутов, как параметров сложности движения по маршруту. Невозможность полноценного учета этих параметров не означает, что составители методик категорирования не предлагают заниматься таким учетом совсем. Но отсутствие данных параметров в методиках категорирования может привести неумелых пользователей к серьезным ошибкам в определении сложности конкретных маршрутов. Следует помнить, что в практике выпуска групп категорированием маршрутов занимаются не только умудренные опытом аксакалы ФСТР, но и более или менее молодые туристы.

Все эти - и другие - недостатки методик являются причинами многих проблем, возникающих у членов маршрутно-квалификационных комиссий при выпуске групп (согласовании маршрутных документов группы). Понятно, что наиболее точно уровень готовности группы к прохождению того или иного маршрута можно определить только путем проверки этой готовности, проводимой в условиях, максимально приближенных к условиям движения по заявляемому маршруту. Но даже чтобы смоделировать такую проверку, необходимо максимально точно представить сложность маршрута, на который собирается группа, и качество маршрутного опыта, которым обладает данная группа.

Детские группы на категорийных маршрутах совершают не только спортивные путешествия. Цели проведения категорийных походов детей могут быть отличными от спортивных, ни педагог, ни его подопечные могут не думать о разрядах и званиях, выходя на категорийный маршрут. Могут, конечно, и думать: разряды - это неплохо, - но, даже организуя спортивные путешествия, педагоги - руководители групп привносят в спорт то, что спорт с них не требует: развивают разные качества детей, а не только физические способности и технические умения. Так получается потому, что чаще всего педагоги-туристы, прежде чем почувствовать себя тренерами, почувствовали себя воспитателями, обзавелись традиционной в детско-юношеском туризме технологией занятий туризмом и только потом попробовали представить свои занятия спортом, а точнее - стилизовать их под спорт.

Кроме совершения походов на условиях их самостоятельности, которая сама по себе является воспитательной технологией, образовательный краеведческий компонент в детский поход обычно вводится путем совершения радиальных экскурсионных выходов на степенных и категорийных маршрутах. И если эти выходы приводят детей к памятникам культуры, сложность маршрута похода при этом меняется незначительно (если только эти памятники не установлены на вершинах и перевалах). Но выходы к памятникам природы, например, экскурсии в пещеры со ступенями и колодцами - существенно усложняют маршрут вплоть до изменения его вида и/или категорийности.

Профессиональные педагоги-туристы - руководители детских групп, в большинстве не обладают опытом прохождения маршрутов четвертой-шестой категории сложности, но часто оказываются универсалами и совершают с детьми пешие, лыжные, горные и водные походы первой-второй, реже - третьей категории сложности. Это означает, что они обладают зачатками знаний по применению методик категорирования разных видов маршрутов. Так почему бы эти разные видовые зачатки не применять в процессе категорирования одного и того же маршрута, если не с целью определения его категории в спорте, то с целью получения более полного представления о безопасности?

С этой целью и разработаны рекомендации по использованию методик категорирования маршрутов и естественных препятствий маршрутов при определении сложности походов, экспедиций и сборов обучающихся (далее Рекомендации), которые я сейчас представляю. Рекомендации разработаны для применения педагогами и членами маршрутно-квалификационных комиссий (МКК) образовательных организаций. Спецификой работы последних является то, что организация (руководство организации), создающая условия для работы МКК, может обременить членов МКК дополнительными функциями по выпуску групп не только в походы, но и в экспедиции и полевые сборы, а также

предложить им заниматься вопросами обеспечения безопасности транспортных перевозок детей. И члены МКК примут это обременение, потому что заинтересованы в нем. Потому что чрезвычайное происшествие в полевом мероприятии любой формы (поход, экспедиция, сбор), ударит, в том числе по походам, проводимым не только этой - образовательной - организацией, но и рядом ближайших. А если заботу о безопасности перевозок перевесить на специалиста по охране труда в образовательной организации, он быстро объяснит директору, что перевозок должно быть, как можно меньше, и лучше, чтобы их не было вовсе. И тогда походы закончатся.

Итак, к Рекомендациям.

Общие положения.

В этом разделе Рекомендаций констатируется, что:

1. Определение сложности маршрута похода проводится с целью обеспечения безопасности, оздоровительно-образовательной эффективности и спортивной результативности похода. Под спортивной результативностью понимается выполнение нормативов спортивных разрядов и званий.

2. Маршрут начинается в точке сбора и заканчивается в точке роспуска детской группы. В составе маршрута выделяется активная часть, подъезд к началу активной части маршрута, выезд с конечной точки активной части и внутримаршрутные переезды.

3. Независимо от целей проведения похода (экспедиции, сбора) для определения сложности маршрута мероприятия на начальном этапе применяются методики, в том виде, в котором они утверждены руководством Федерации спортивного туризма России, но определением спортивной категории сложности работа по учету параметров, определяющих сложность маршрута, как активных, так и неактивных частей, не завершается. Продолжение работы направлено на учет трудности преодоления препятствий, не рассматриваемых спортивными методиками в качестве таковых, а также на учет неклассифицируемых опасностей (в том числе опасностей подъездов, выездов, переездов). Результаты этой работы могут приводить к изменению первоначально выбранных протяженности и состава, категорируемых препятствий маршрута.

4. Окончательное определение согласованных параметров сложности маршрута осуществляется после проверки готовности группы к движению по маршруту в условиях, максимально приближенных к условиям проведения планируемого похода, экспедиции или сбора (далее - мероприятия).

5. Определение сложности маршрута производится на стадиях подготовки, проведения и подведения итогов мероприятия. Если непосредственно на маршруте выясняется, что фактическая сложность

маршрута превышает запланированную на стадии подготовки, руководителем мероприятия и членами МКК может приниматься решение:

- о продолжении движения по маршруту;
- об использовании запасного варианта маршрута;
- об изменении маршрута по сравнению с утвержденным на стадии подготовки;
- о сходе с маршрута.

«Общими Положениями» Рекомендаций определяются алгоритмы принятия решений отдельных проблем категорирования маршрута и констатируется, что и изначальная установка на максимальное упрощение запланированного маршрута не гарантирует повышения его безопасности. Необоснованное упрощение маршрута мероприятия приводит к неизрасходованности (избыточности) сил участников мероприятия, что в свою очередь понижает безопасность мероприятия посредством увеличения вероятности проявлений несанкционированной детской участников мероприятия.

В то же время форсирование набора опыта прохождения сложных маршрутов детскими группами препятствует глубине усвоения этого опыта. Поэтому повышать сложность маршрутов детских мероприятий стоит, переходя к следующей категории после прохождения двух маршрутов предыдущей категории сложности и максимально разнообразя препятствия и техники преодоления препятствий одной и той же категории трудности. Это же относится и к маршрутам третьей степени сложности.

Определение сложности пешеходных маршрутов.

Для определения сложности пешеходного маршрута первоначально используется Методика категорирования пешеходного маршрута, утвержденная президиумом ФСТР в 2016 году с изменениями и дополнениями, внесенными в документ в 2017-2018 году, но при этом все находящиеся на планируемом маршруте препятствия оцениваются в баллах, установленных данной методикой, и идут в зачет определяемой сложности.

Рекомендуется ограниченное использование коэффициентов автономности.

После всего этого дополнительно производится оценка протяженных препятствий с применением таблицы 3. «Баллы за протяжённые препятствия (ПП)», Методики категорирования пешеходного маршрута, утвержденной президиумом ФСТР в 2016 году (без изменений 2017-2018 года). На маршруте не должно быть протяженных препятствий, не допускаемых на маршруте планируемой категории сложности Таблицей 3 данной методики, а суммарный километраж разрешенных препятствий и общее количество баллов за них не должны превышать значений,

указанных в этой таблице для маршрутов планируемой категории сложности.

При включении в степенные маршруты категорированных локальных препятствий возможное количество баллов за локальные препятствия определяются по формуле

$$\text{ЛПстеп} = \text{ЛПкат} \times \text{Лстеп} / \text{Лкат},$$

где:

– **ЛПстеп** - максимальное количество баллов на планируемом степенном маршруте;

– **ЛПкат** - максимальное количество баллов за локальные препятствия на маршруте той категории сложности, определяющие препятствия которой включаются в планируемых степенной маршрут;

– **Лстеп** - длина планируемого степенного маршрута;

– **Лкат** - минимальная длина маршрута той категории сложности, определяющие препятствия которой включаются в планируемых степенной маршрут.

Аналогичным образом может рассчитываться для степенного маршрута предельное количество протяженных препятствий.

Определение сложности горных маршрутов.

При выпуске организованных детских групп на маршруты в горах горным маршрутом считать маршрут, три четверти которого проложены на высотах более двух километров (2000 м) над уровнем моря, и средняя высота также превышает два километра. Маршруты, не отвечающие этим требованиям категорировать, как пешеходные. Двухкилометровый предел для пешеходных маршрутов устанавливается на том основании, что именно на этой высоте в организме не обладающего высотным опытом человека запускаются и могут стать ощутимыми процессы высотной акклиматизации.

После завершения категорирования горного маршрута с помощью горной спортивной методики обратить внимание на присутствующие на маршруте переправы, категорировать их трудность по методике категорирования пешеходных маршрутов и затем подсчитать количество баллов за все локальные препятствия (ЛП) категорируемого маршрута, как пешеходного. Итоговое количество баллов ЛП на маршруте, определяемом, как горный маршрут первой категории сложности, не должно превышать количества баллов ЛП на пешеходном маршруте второй категории сложности, количество баллов на маршруте, определяемом, как маршрут второй категории сложности, - количества баллов на пешеходном маршруте третьей категории сложности и т.д.

Абсолютные высоты горного маршрута первой категории сложности - первого для выпускаемой на маршрут группы - не должны превышать

трех с половиной километров (3500 м) над уровнем моря. Выпуская группу на горный маршрут второй категории сложности, необходимо учитывать вид и сложность локальных препятствий (включая переправы) в составе опыта группы, а также высотность планируемого и уже пройденных группой маршрутов.

Включение категорированных препятствий в горные, то есть, проходящие на средних высотах более двух километров над уровнем моря, степенные маршруты допускать только при наличии у членов группы необходимого высотного (не менее трех дней движения по маршруту и двух ночевки на высоте более 2000 м), походного или, как минимум, перевального опыта. Обращая внимание на перевальный опыт, необходимо изучать условия его получения, например, на каком участке маршрута - линейном или радиальном - преодолевались препятствия.

Допустимое количество локальных препятствий на горных степенных маршрутах рассчитывать по формуле, установленной для расчета количества локальных препятствий на пешеходных маршрутах, при этом препятствия оцениваются в баллах, установленных методикой категорирования пешеходных маршрутов.

Сложность протяженных препятствий на горных маршрутах не определяется, но на степенных маршрутах с включением в них категорированных препятствий учитывается тем, что количество локальных препятствий рассчитывается от количества только локальных, а не локальных и протяженных препятствий пешеходного категорийного маршрута без учета коэффициента труднопроходимости.

Определение сложности лыжных маршрутов

В данном разделе Рекомендаций:

- обращается внимание на то, что лыжной методикой ФСТР движение по лесу с подлеском, сквозь буреломы не рассматриваются, как протяженные препятствия, а значит, могут включаться в маршруты любой степени сложности, что опосредованно, через затраты физических сил туристов - сказывается на безопасности движения по маршруту;
- не рекомендуются выходы детских групп на препятствия, определяемые методикой, как нетипичные;
- обращается внимание на механизмы учета перепада высот на лыжном маршруте;
- устанавливается необходимый маршрутный опыт участников мероприятия для выхода из зоны леса в горной местности (не ниже опыта прохождения маршрута первой категории сложности),

Как в пешеходных и в горных маршрутах при включении в лыжный степенной маршрут элементов (препятствий) категорийного маршрута в расчет принимается маршрутный опыт группы, а возможная эквивалентная протяженность такого маршрута рассчитывается по формуле,

повторяющей формулу расчета количества препятствий на пешеходном маршруте, только вместо баллов проставляется эквивалентная протяженность маршрутов.

Определение сложности водных маршрутов

Рекомендации обращают внимание:

- на специфику водных маршрутов, выражающуюся в изменчивости маршрутов не только год от года, от сезона к сезону, но даже день ото дня и даже час от часу;

- на принцип категорирования препятствий не только по уровню их технической сложности, но и по уровню опасности для жизни при попадании туриста в воду и на последствия такой принципиальной особенности, выражающиеся в том, что категория сложности маршрута не зависит от того, на каких плавсредствах маршрут проходится (опасность всегда опасность);

- на нелогичность и нежелательность составления маршрутов с обносами препятствий, которые могут проходиться при более высоком, чем у группы, техническом мастерстве;

- на особенности составления маршрутов с учетом необходимости обносов для постановки страховки и с учетом пересаживания участников движения по маршруту в плавсредстве;

- на разницу в речном и озерном маршрутном опыте групп.

Методикой категорирования водных маршрутов не предусматривается оценка сложности маршрута в баллах, не определяется и максимальное количество препятствий на маршруте того или иного уровня сложности. В то же время при разном количестве препятствий, пусть и незначительно, но влияющем на энергозатратность движения по маршруту, и тем более при разном их виде, сложность маршрута меняется. Поэтому прохождение двух маршрутов одной и той же категории сложности для водников рекомендуется также, как и для пешеходников, горников, лыжников.

Включение в степенные маршруты категорированных водных препятствий рекомендуется делать с учетом маршрутного опыта детей и руководителей групп, а не опыта прохождения отдельных препятствий, полученного на сборах. Во-первых, прохождение препятствий на загруженном и разгруженном судне отличаются друг от друга, а во-вторых, опыт прохождения препятствий должен быть многократным, поэтому при определении фактической величины опыта нужно знать, сколько и каких препятствий определенной категории трудности преодолевалось.

В Рекомендациях есть разделы, посвященные **определению сложности комбинированных маршрутов, программ и маршрутов**

экспедиций и программ, и маршрутов сборов. Общий смысл рекомендаций по комбинированным маршрутам - ориентироваться на сложность частей разных видов маршрутов, засчитывать по ним опыт и следить, чтобы сложность комбинированного маршрута не была равна удвоенной сложности его частей. Если комбимаршрут включает в себя пешеходный маршрут первой категории сложности и, например, водный маршрут первой категории сложности, на него надо выпускать детей, как на маршрут второй категории сложности хотя бы по опыту одной части маршрута.

Составляя маршруты экспедиций и сборов (внутри сборов могут проходиться маршруты), рекомендуется определять сложность маршрутов с помощью видовых методик категорирования и Рекомендаций, опираясь на соответствующий маршрутный опыт участников экспедиций и сборов. Также рекомендуется обращать внимание на отягощения, с которыми проводятся тренировки на локальных препятствиях, и допускать рост сложности локальных препятствий от сбора к сбору с учетом этого фактора.

В рекомендациях даются и другие советы, например, совет, совмещать акклиматизационный выход в горах с тренировками по переправам через горные реки и по движению в кошках. Что-то из этих советов выглядит достаточно традиционным, но, возможно, сегодня забытым.

В заключении сказано, что определение (составление) сложности маршрута для конкретной группы детей, проведенное без учета сил этой группы, не обеспечивает ни безопасности, ни оздоровительно-образовательной эффективности, ни спортивной результативности движения по маршруту. Иллюзорная технологичность процесса категорирования (баллы, коэффициенты...) может создавать впечатление, что по его завершению все цели достигнуты. На самом деле основная работа экспертов маршрутно-квалификационных комиссий в этот момент остается еще впереди. Процесс категорирования маршрута - процесс не столько технологичный, сколько творческий, и чем раньше эксперт МКК за баллами и коэффициентами представит маршрут идвигающуюся по нему группу - во всей непредсказуемости нюансов этого передвижения, - тем скорее будут достигнуты цели деятельности эксперта. А чтобы увидеть группу, проще всего организовать проверку группы в условиях максимально приближенных к условиям прохождения планируемого маршрута. После проведения проверки может начаться коррекция состава, а возможно и планируемой категории сложности маршрута. Это означает, что процесс категорирования (определения состава сложности) маршрута для группы продолжается и после проведения проверки группы на местности.

Представленные Рекомендации нуждаются в апробации. Также, как и методики категорирования маршрутов, на которые они опираются. Рекомендации будут уточняться, меняться. Это - нормальный, хотя и трудоемкий процесс. Как, впрочем, и применение методик категорирования и вообще определение сложности маршрута конкретного путешествия. Но «глаза боятся, а руки делают». Еще можно сказать «как упрямся, так и разберемся». Удачи всем нам в этом процессе!

Литература

1. Федеральный закон «О молодежной политике в Российской Федерации» от 30 декабря 2020 г. № 489-ФЗ (последняя редакция) // Российская газета. – 11 января 2021 г.

2. Распоряжение Правительства Российской Федерации «Об утверждении Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года» от 29 ноября 2014 г. № 2403-р // Российская газета. – 8 декабря 2014 г.

Губаненков С.М., кандидат педагогических наук, член Комитета детско-юношеского туризма, научно-методического и кадрового обеспечения Федерации спортивного туризма России, заместитель руководителя федерального ресурсного центра туристско-краеведческой направленности ЦДЮТК ФГБОУ ФЦДО, gorsutur@inbox.ru, Россия, Москва.

ON THE APPLICATION OF METHODS FOR CATEGORIZING TOURIST ROUTES WHEN GRADUATING CHILDREN'S GROUPS FOR AMATEUR HIKES, EXPEDITIONS, CAMPS

Gubanenkov S.M., Candidate of Pedagogical Sciences, member of the Committee for Children and Youth Tourism, Scientific, Methodological and Personnel Support of the Federation of Sports Tourism of Russia, Deputy Head of the Federal Resource Center for Tourism and Local Lore TsDYuTiK FGBOU FTSDO, gorsutur@inbox.ru, Russia, Moscow.

Abstract. *On the issue of categorizing tourist routes with children. Criteria for determining the complexity of a walking route, Methods for checking groups before a hike*

Keywords: *tourist route; route qualification commission; difficulty categories; obstacles on the route.*

References

1. Federal'nyj zakon «O molodezhnoj politike v Rossijskoj Federacii» ot 30 dekabrya 2020 g. № 489-FZ (poslednyaya redakciya) // Rossijskaya gazeta. – 11 yanvarya 2021 g.

2. Rasporyazhenie Pravitel'stva Rossijskoj Federacii «Ob utverzhdenii Osnov gosudarstvennoj molodezhnoj politiki Rossijskoj Federacii na period do 2025 goda» ot 29 noyabrya 2014 g. № 2403-r // Rossijskaya gazeta. – 8 dekabrya 2014 g.

РАСТИМ АКТИВНЫХ ГРАЖДАН РОССИИ: ПРОЕКТ НИЖЕГОРОДСКОГО ОБЛАСТНОГО ТУРИСТСКОГО КЛУБА «ЮНЫЕ ТУРИСТЫ-СПАСАТЕЛИ»

Колчанова Г.А., Колчанова Н.Ю., Подъячев А.В.

***Аннотация.** В статье представлены результаты деятельности общественной организации «Нижегородский областной туристский клуб» (ОО «НОТК») по реализации социального образовательного проекта «Юные туристы-спасатели» и определены перспективы дальнейшей работы в данном направлении.*

***Ключевые слова:** юные туристы-спасатели, детско-юношеский туризм, туристско-краеведческая деятельность, дополнительное образование, ОО «НОТК», социальный образовательный проект.*

Введение. События, происходящие в нашей стране и мире, увеличение частоты проявления разрушительных сил природы, количества промышленных аварий и катастроф, опасных ситуаций социального характера, выдвигают ряд проблем, связанных с формированием здоровой, самостоятельной, активной, ответственной личности, способной к социально -значимым преобразованиям в обществе.

В связи с этим необходима активизация поиска таких подходов к воспитанию и развитию учащихся средствами, которые могли бы не только повышать физическую подготовленность, но и одновременно развивать умственные способности, исследовательские умения и навыки, и готовить их к жизни и поведению в чрезвычайных ситуациях. Проблема отсутствия у современных подростков элементарных навыков поведения, влияющих как на собственную безопасность, так и на безопасность окружающих, требует комплексного подхода.

Решение этой проблемы команда общественной организации «Нижегородский областной туристский клуб» (ОО «НОТК») видит в формировании единой образовательно-игровой среды, в которой через увлекательную игру в спасателей, настоящих героев нашего времени, будет происходить передача подрастающему поколению знаний, умений и формирование навыков безопасного поведения, столь необходимых нынешнему «компьютерному поколению» детей!

Эта идея была воплощена в жизнь в рамках реализации социального образовательного Проекта ОО «НОТК»: «Юные туристы-спасатели» (далее – ЮТС).

Основная часть. Новый социальный образовательный Проект ОО «НОТК» «Юные туристы-спасатели» в 2021г. стал победителем конкурса грантов Президента России на развитие гражданского общества.

Цель Проекта – в создании условий для формирования у нижегородских школьников устойчивых навыков безопасности жизнедеятельности в городских и природных условиях, ответственного отношения к вопросам личной и коллективной безопасности посредством вовлечения школьников в активную туристско-краеведческую деятельность и овладения ими основами спасательного дела.

Для достижения цели команде Проекта предстояло решить ряд задач:

1) Подготовить руководителей детских спасательных отрядов путем повышения квалификации специалистов детских объединений Н.Новгорода по программе дополнительного профессионального образования (далее - ДПО) «Руководитель детского туристско-краеведческого объединения по направлению «ЮТС»;

2) Создать в Н.Новгороде не менее 10-ти детских спасотрядов из числа нижегородских школьников и провести с ними цикл обучающих мероприятий в рамках программы дополнительного образования (далее - ДО) «Юные туристы-спасатели»;

3) Вести пропаганду основ безопасного образа жизни среди нижегородцев путем проведения в регионе цикла массовых обучающих мероприятий с привлечением юных туристов-спасателей в качестве волонтеров и создания общедоступного образовательного контента в популярных соцсетях.

Желание участвовать в Проекте наряду с педагогами города выразили педагоги из пяти районов Нижегородской области. В итоге Проект «шагнул» за пределы города. Всего в обучении по программе ДПО Проекта приняли участие, прошли аттестацию и получили удостоверения 39 специалистов детских объединений города и области.

Слушатели курса на практике отработали методики проведения занятий со школьниками по направлению «ЮТС». В качестве аттестационных работ ими было подготовлено более 30 обучающих презентаций по туризму, спасательному делу, ОБЖ. Таким образом, уже в ходе обучения наши слушатели стали авторами методических пособий по программе «ЮТС», которые затем успешно использовались в работе детских отрядов и стали доступны широкому кругу заинтересованных благополучателей Проекта через социальные сети.

Сочетание комплекса теоретических и практических занятий с активным участием слушателей в создании методических материалов позволило расширить компетенции выпускников курса для дальнейшей успешной работы со школьниками.

По окончании курса ДПО силами выпускников и команды клуба были сформированы 14 детских спасотрядов на базе школ и детских объединений в пяти районах г.Н.Новгорода и пяти районах области.

В период с 01.02.22 по 31.05.22 в отрядах был проведен цикл занятий по программе ДО «ЮТС». Занятия вели выпускники курса ДПО Проекта.

В обучении школьников деятельное участие принимали инструкторы ОО «НОТК», спасатели МЧС: выезжали в районы города и области, чтобы помочь руководителям отрядов провести занятия на высоком уровне и доставить снаряжение и учебные пособия. Всего в ходе тренингов, экскурсий и походов приобрели знания, умения и навыки безопасного поведения в городской и природной среде 375 юных спасателей-нижегородцев.

Работа спасотрядов велась на принципах активного участия детей в деятельности отрядов. С этой целью были проведены два творческих конкурса: «Боевой листок отряда ЮТС» и «Видео-урок отряда ЮТС». На конкурсы ребята представили интересные работы по ОБЖ, адресованные своим сверстникам. Таким образом, юные спасатели сразу начали вести полезную работу по предупреждению несчастных случаев среди детей.

В период летних каникул юные туристы-спасатели побывали в учебно-тренировочных походах (далее - УТП), проходящих по Нижегородской области и Карелии. В УТП ребята обрели практический опыт безопасной организации походов, научились трудиться, преодолевать трудности, не бояться непогоды и спешить на помощь, как настоящие спасатели. А спортивные соревнования, веселые игры, душевные песни у костра сделали юных туристов крепче, здоровее, дружнее и чуточку счастливее.

Успехи юных спасателей в освоении основ туризма и спасательного дела были продемонстрированы при проведении массовых туристско-спортивных мероприятий (далее - ТСМ) Проекта, направленных на пропаганду основ безопасного образа жизни.

В мае 2022 г. в Семеновском районе Нижегородской области был проведен Обучающий туристский слет-семинар "Школа безопасности". В слете приняли участие свыше 950 чел.: школьники, педагоги, родители. Участники слета побывали на тренингах и мастер-классах. 55 детских команд приняли участие в соревнованиях на спортивных дистанциях.

Юные участники слета приобрели навыки по технике водного и пешего туризма, ориентированию, первой помощи, спасработам на суше и на воде. В ходе слета шел живой обмен опытом между представителями отрядов, налаживались дружеские связи. Взрослые участники слета получили представление о способах безопасной организации детского отдыха.

Самыми резонансными мероприятиями Проекта стали «Уроки Школы Безопасности» (далее - Уроки ШБ). С мая по сентябрь в парках и школах города, в лесах и на водоемах области было проведено 14 «Уроков ШБ» для всех желающих. В занятиях по первой помощи, спасработам, туризму приняли участие свыше 2000 чел., в т.ч. более 1600 школьников. Участники ТСМ получили представление о мерах безопасности в городской и природной среде, имели возможность активно отдохнуть, обрести заряд бодрости и позитива. 80 юных спасателей успешно

отработали на ТСМ в качестве волонтеров. Ребята щедро делились полученными навыками со сверстниками и взрослыми. Эта деятельность позволила ребятам поверить в собственные силы, осознать важность работы волонтера.

Финальное мероприятие Проекта - Итоговый Слет юных туристов-спасателей "Спасатели, вперед!" прошел в сентябре 2022 г. в ПКиО «Сормовский» г.Н.Новгорода. В нем участвовали свыше 600 чел., в т.ч. более 400 школьников. Для юных спасателей слет стал настоящим выпускным экзаменом. 36 команд школьников вышли на дистанцию мультигонки: управляли рафтами на трассе водного туризма, вязали узлы и носилки, преодолевали веревочные этапы, ориентировались, ставили палатки, проходили тестирование по спасательному делу. Даже самые юные туристы (от 8-ми лет) успешно сдали свой первый «спасательский» экзамен, подтвердив право носить гордое звание «Юный турист-спасатель». В торжественной обстановке слета им вручены удостоверения и памятные знаки «Юный турист-спасатель».

В ходе Проекта его командой, педагогами, юными спасателями был накоплен богатый методический материал по ОБЖ и организации детского туризма, который стал доступным широкому кругу благополучателей на страницах Проекта в соцсетях.

Выводы. Оценивая итоги своей работы, мы считаем, что цель Проекта «ЮТС» достигнута. Вовлечение школьников в активную туристско-краеведческую деятельность и овладение ими основами спасательного дела создали условия для формирования у ребят устойчивых навыков безопасности жизнедеятельности.

Участие более 300 школьников работе детских спасотрядов позволило повысить их физическую подготовку, развивать познавательные способности, готовить их к жизни и поведению в ЧС. Рост потенциала юных спасателей, их эффективную самореализацию подтверждает активное участие ребят в волонтерском труде на мероприятиях Проекта, в походах и соревнованиях. Результаты итогового тестирования (мультигонка 18.09.2022г) доказали, что юные туристы сдали свой первый «спасательский» экзамен на «отлично».

Заинтересованное участие свыше 2000 ребят - «новичков» в Проекте позволило сформировать у них начальные навыки безопасного поведения в природной среде, приобщить к занятиям туризмом.

В достижениях школьников - огромная заслуга их руководителей-педагогов, и это служит лучшим доказательством того, что повышение квалификации педагогов по программе ДПО сделало их труд более продуктивным, расширило их компетенции.

Эффективность Проекта подтверждают итоги опроса, проведенного нами в соцсетях. В опросе приняли участие 283 чел. (44,3%-родственники ЮТС, 35%-ЮТС). Свыше 97% участников опроса подтверждают

актуальность Проекта, важность приобретенных знаний, умений, навыков и пользу от участия в нем.

В планах ОО «НОТК» - приобщение юных туристов-спасателей в рамках туристско-краеведческой деятельности к работе по проектированию экотроп. Наша идея – соединить обучение школьников туризму и краеведению с конкретной созидательной деятельностью на благо людям.

Сам факт создания отрядов ЮТС в регионе мы считаем уникальным результатом Проекта. Дать ребятам возможность самореализации через туризм и спасательное дело - в этом мы видим возрождение лучших традиций советского туризма в новых условиях.

Литература

1. Дрогов И.А. Организационное и программно-методическое обеспечение учебно-тренировочной работы в спортивно-оздоровительном туризме /Монография/ - М.: ООО «Радуга-ПРЕСС», 2014.
2. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм/ Ю.С. Константинов. – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 585 с.
3. Дрогов И.А., Константинов Ю.С. и др. Программы Туризм и краеведение (Программа «Юные туристы-спасатели»). М., «Советский спорт», 2005

Колчанова Галина Анатольевна, директор ОО «НОТК», член Комитета детско-юношеского туризма ФСТР, педагог дополнительного образования, инструктор-проводник по пешеходному, водному, спелеотуризму, старший инструктор по спортивному туризму, автор программ мультимедийной подготовки инструкторов-проводников, автор социальных проектов-победителей конкурса грантов Президента РФ, награждена почетными знаками «За заслуги в развитии спортивного туризма в России», «За заслуги в развитии детско-юношеского туризма».

Колчанова Наталья Юрьевна, заместитель директора ОО «НОТК», педагог дополнительного образования, инструктор-проводник по водному и спелеотуризму, инструктор по спортивному туризму, инструктор по промышленному альпинизму, награждена почетным знаком «За заслуги в развитии спортивного туризма в России».

Подъячев Алексей Валерьевич, заместитель директора ОО «НОТК», педагог дополнительного образования, инструктор-проводник по пешеходному и спелеотуризму, инструктор по спортивному туризму, инструктор по промышленному альпинизму, автор социального проекта-победителя конкурса региональных грантов в 2021 г., награжден почетным знаком «За заслуги в развитии спортивного туризма в России».

RAISE ACTIVE CITIZENS OF RUSSIA: THE PROJECT OF THE NIZHNY NOVGOROD REGIONAL TOURIST CLUB «YOUNG TOURISTS-RESCUERS»

Kolchanova Galina Anatolyevna, Director of «NOTE» NGO, member of the Committee of Children and Youth Tourism of the FSTP, Teacher of Additional Education, instructor-guide on pedestrian, water, speleotourism, senior instructor in sports tourism, The author of programs of multi-species training of trainers-guides, the author of social projects-

winners of grants competition of the President of the Russia, awarded with honorary marks «For services in development of sports tourism in Russia», «For services in development of children and youth tourism».

Kolchanova Natalia Yurievna, Deputy Director of NGO «NOTC», Teacher of Additional Education, instructor-guide on water and speleotourism, instructor on sports tourism, instructor on industrial mountaineering, awarded with an Honor Badge «For services in the development of sports tourism in Russia».

Podyachev Alexey Valeryevich, Deputy Director of NGO «NOTC», teacher of additional education, instructor-guide on pedestrian and speleosurism, instructor on sports tourism, instructor on industrial mountaineering, social project author the winner of the contest of regional grants in 2021, awarded with an Honorary Sign «For services in the development of sports tourism in Russia».

Abstract. *The article presents results of activity of public organization «Nizhny Novgorod regional tourist club» (NGO «NOTC») on implementation of social educational project «Young tourists-rescuers» and identifies prospects of further work in this direction.*

Keywords: *young tourists-rescuers, children and youth tourism, tourist-regional activities, additional education, NGO «NOTC», social educational project.*

References

1. Drogov I.A. Organizacionnoe i programmno-metodicheskoe obespechenie uchebno-trenirovochnoj raboty v sportivno-ozdorovitel'nom turizme /Monografiya/ - M.: OOO «Raduga-PRESS», 2014.
2. Konstantinov YU.S. Detsko-yunosheskij turizm/ YU.S. Konstantinov. – M.: FCDYUTiK, 2006. – 585 s.
3. Drogov I.A., Konstantinov YU.S. i dr. Programmy Turizm i kraevedenie (Programma «YUnye turisty-spasateli»). M., «Sovetskij sport», 2005

СПЕЦИФИКА ТРАВМАТИЗМА В СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ТУРИЗМЕ

Михайлова М.Г.

***Аннотация.** В статье рассматриваются причины травматизма в пешеходном походе и наиболее распространенные для него травмы. Предлагаются мероприятия по повышению безопасности пешеходных походов.*

***Ключевые слова:** спортивно-оздоровительный туризм, пешеходный поход, травматизм в активном туризме, травмы, безопасность в походе.*

Спортивно-оздоровительный туризм уже долгие годы продолжает быть популярным направлением деятельности людей самых разных возрастов. На текущий момент спортивно-оздоровительный туризм развит в 66 субъектах Российской Федерации, где существуют региональные федерации спортивного туризма и отделения спортивного туризма (туристических клубов) Федерации спортивного туризма России, а также в туристское движение вовлечено около 5% населения страны [4].

Одним из видов спортивно-оздоровительного туризма является пешеходный туризм. Популярность этого вида спортивно-оздоровительного туризма достаточна высока, так как он относится к относительно не дорогим и интересным видам деятельности, которая не требует дорогостоящего оборудования и снаряжения.

Принято считать, что пешеходный туризм, в отличие от горного, водного и лыжного туризма, относится к безопасным видам спортивно-оздоровительного туризма.

Однако по статистике, травматизм в пешеходном туризме, к сожалению, является частым. Если подразделять все повреждения на 3 степени тяжести, в активном туризме на один тяжелый случай, который приводит к смерти туриста, приходится 20-30 травм средней тяжести и до 100-200 легких [3]. Кроме травм, к «профессиональным заболеваниям» туристов можно отнести и внутренние патологические процессы в организме – простудные заболевания, пищевое отравление, желудочные заболевания, обострение дегенеративных заболеваний позвоночника и суставов и другие.

Риск туристской деятельности всегда предполагает какой-либо процент вероятности происхождения несчастного случая, и этот процент увеличивается непропорционально усложнению маршрута, а наоборот. Имеется в виду, что чем меньше категория или степень сложности маршрута, тем больше вероятность получения травм на маршруте. Это объясняется тем, что в походы менее сложные в основном идут туристы менее подготовленные, которые еще не знают, как себя вести и оберегать в

условиях дикой среды и при постоянной физической активности.

Конечно же, для риска получения травмы имеют основание следующие факторы опасности в пешеходном туризме:

- 1) воздействия факторов неподвластных человеку (природные факторы);
- 2) действия самой личности, генерирующей факторы риска (турист сам создает опасные ситуации).

Любую потенциальную опасность можно разделить на две категории причин возникновения:

- 1) предварительные — ошибочные действия/решения туристов на стадии предпоходной подготовки;
- 2) непосредственные — потенциальная опасность возникает из-за воздействий на самом маршруте похода.

Любой пешеходный поход должен быть тщательно организован, для этого необходимо предугадать и предотвратить различные случайности, способствующие риску возникновения травмы.

Нередко недочеты в подготовительном периоде пешеходного похода приводят к риску возникновения или к травме на маршруте.

Частыми типичными ошибками при планировании и проведении пешеходного похода считаются [5]:

- 1) ошибки в разработке маршрута и плана похода в целом;
- 2) недостаточное финансирование похода, которое может проявляться в составлении походного рациона питания, в выборе личного и группового снаряжения и др.);
- 3) ошибки в комплектовании группы;
- 4) не соответствующая сложности похода техническая, тактическая и физическая подготовленность участников похода;
- 5) психологическая несовместимость участников похода.

Таким образом, для того что предотвратить травмы и несчастные случаи в туристском походе, необходимо проводить тщательную и планомерную подготовку к маршруту.

По статистике, распространенность травматизма в спортивно-оздоровительном туризме такова: на 1 тяжелый случай (гибель туриста) приходится 20-30 травм средней степени тяжести и 100-200 легких [4].

К счастью, большинство туристских травм можно отнести к легким, и они не сопровождаются потерей трудоспособности. Но определенный процент травм в туризме относится к тяжелым повреждениям. Если рассматривать долю травм в спортивно-оздоровительном туризме по соотношению со спортивным травматизмом, то «очень тяжелые травмы составляют 0,3% всех несчастных случаев в спорте, тяжелые — 2,7%, средней тяжести (с потерей спортивной трудоспособности на срок до 2 месяцев) — 10%. Остальные 87% травм принадлежат к разрядам легких и очень легких» [4].

Так, в пешеходном туризме есть свои специфические травмы, например: растяжение связок, переломы лодыжек или костей предплечья при неожиданном подворачивании ноги или падения на руку. Другие травмы, как сотрясения и ушибы внутренних органов или мозга, переломы костей верхнего и нижнего пояса или внутреннего скелета можно получить при падении с большой высоты, при камнепаде или неуспешном прохождении сложной части маршрута, например, по курумнику. Перечень специфических травм велик, далее будут перечислены только самые частые.

Мозоли или натертости. Пешеходный поход — большая нагрузка на ноги. Особенно часто у путешественников из-за несоответствующей по размеру, фасону и другим данным обуви травмируются ноги: образуются намины, мозоли и водяные пузыри.

Обморожения. Экипировка участника группы, его одежда и обувь определяют возможность личной защиты от неблагоприятных факторов внешней среды. Малое количество шерстяных или других теплых вещей, отсутствие ветро- и влагозащитной одежды могут поставить человека, особенно в зимнее время и в высокогорье, в угрожаемое положение. Даже такие мелочи, как короткие рукавицы, неудачный фасон капюшона, сломанная застежка «молния», легко приводят к местным обморожениям. Чаще всего «прихватываются» морозом пальцы. О распространении последнего свидетельствует тот факт, что до 9/10 всех обморожений обычно приходится на нижние конечности. Распространено также обморожение пальцев и запястий рук, носов, ушей, щек.

Растяжения и разрывы связок. Из-за неудовлетворительного сцепления подошвы обуви с почвой, скальными поверхностями, льдом случаются растяжения и разрывы связок. Повреждений связочного аппарата чаще случается в голеностопном, реже в коленном суставе.

Сотрясение мозга. Данная травма возможна при падении с высоты, при сложном переходе на маршруте. Заподозрить наличие черепно-мозговой травмы можно по тому, если турист теряет ненадолго сознание, также если у него есть тошнота и рвота, озноб, бледность, при сотрясении мозга может быть частичная потеря памяти.

Ушиб внутренних органов. Данную травму также провоцирует падение или сильный удар, например, при переходе вброд реки. Камень, плывущий по течению, может неожиданно ударить участника похода. Свидетельствует о наличии травмы тяжелое состояние пострадавшего, обширные синяки и гематомы в области травмы, болезненное дыхание.

Переломы. Подобная травма происходит в условиях технически сложных походов в результате падения туриста на грязной размытой дороге или склоне горы после ливня. Также переломы могут случаться из-за камнепада. Еще одной из частых травм является «перелом лучевой кости в типичном месте», она происходит, когда турист при падении

подставляет кисть. Для большинства переломов характерны усиливающаяся при движении боль в месте травмы, искривление, укорочение конечности или необычное её положение, а также утрата функции, например, невозможность наступить на ногу при переломе лодыжек, в отличие от растяжения связок голеностопного сустава.

Кровотечения всегда сопутствует ранам — механическим повреждениям тканей с нарушением целостности кожи. Открытые переломы также опасны кровотечением и развитием нагноения, что также требует экстренной транспортировки пострадавшего. В зависимости от месторасположения, глубины и обширности ранения интенсивность кровотечения бывает различной. Наиболее кровоточивы раны волосистой части головы, лица и кисти, при которых необходимо быстро остановить кровотечение. Произойти это может из-за нарушения техники безопасности, например, раны от острых (топор) и тупых (камень) предметов.

Выше перечислены основные виды травм, которые могут произойти в пешеходном походе. Естественно, список это далеко не полон. Различные виды опасностей и случайностей невозможно предусмотреть даже при тщательно организованной предпоходной подготовке. Причиной травм и заболеваний туристов на маршруте могут быть как объективные причины (непрогнозируемые проявлениями стихийных сил природы, скрытый дефект снаряжения и т.д.), так и субъективные (не соответствующая сложности маршрута подготовка участников похода, неблагоприятный микроклимат в команде, плохая подготовка оборудования и снаряжения и т.д.)

Обеспечение безопасности в походе является важнейшей задачей. Для этого необходимо предусмотреть целый ряд мероприятий при организации, подготовке и проведении пешеходных походов. Основными мероприятиями являются:

1. Для оценки технико-тактической и физической подготовленности участников похода следует ввести сдачу контрольных нормативов, оценивающих как основные физические качества, так и специфические для спортивно-оздоровительного туризма умения и навыки.

2. Необходимо повышение навыков использования туристского снаряжения и оборудования в условиях экстремальной деятельности.

3. Тщательная комплектация и подготовка снаряжения и оборудования к конкретным условиям и опасностям маршрута, предварительная проработка планируемого маршрута, выбор возможности перестроения маршрута в связи с чрезвычайными погодными условиями.

4. Дисциплина и психологическое соответствие участников пешеходного похода подразумевает проведение ряда предпоходных мероприятий, таких как психологическое тестирование, тренировочные походы, тимбилдинг и др.

Литература

1. Аппенянский, А.И. Рекреология: тренировочный процесс в активном туризме / А.И. Аппенянский. - М.: Советский спорт, 2006. – 194 с.
2. Гостюшин, А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций / А.В. Гостюшин. – М.: Зеркало, 1994. – 432 с.
3. Карнацевич, И.В. Причины несчастных случаев, опасные ситуации и природные явления в туристских походах: учебное пособие/ И.В. Карнацевич, А.Л. Статва. - Омский научный вестник, 2007. - 203 с.
4. Махов, С.Ю. Безопасность в сфере рекреации и туризма. Организация безопасности активного туризма: учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования / С.Ю. Махов. – Орел: ФГБОУ ВПО «Государственный университет-УНПК», 2012. – 150 с.
5. Основы активного туризма [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Сост. С. Ю. Махов – Электрон. текстовые данные. – Орел: МАБИН, 2020. – 115 с. – Режим доступа: <http://www.nauka-2020.ru/200205.pdf>.

Михайлова Марина Геннадьевна, канд. пед. наук, доцент кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини Российского университета спорта «ГЦОЛИФК» Москва, Россия, e-mail: marfa68@mail.ru.

SPECIFICITY OF INJURIES IN SPORTS AND HEALTH TOURISM

Mikhailova M.G., Ph.D. ped. Sci., Associate Professor of the Department of Physical Rehabilitation, Massage and Health-improving Physical Education. THEM. Sarkizova-Serazini of the Russian University of Sports "GTSOLIFK" Moscow, Russia, e-mail: marfa68@mail.ru.

Abstract. The article discusses the causes of injuries in a hiking trip and the most common injuries for him. Proposed measures to improve the safety of hiking.

Keywords: sports and health tourism, hiking, injuries in active tourism, injuries, safety in the campaign.

References

1. Appenyansky, A.I. Recreology: disciplina processus in activo voluptuaria similesve / A.I. Appenian. - M. : Soviet lusus, 2006. - 194 p.
2. Gostyushin, A.V. Enciclopedia extremarum rerum / A.V. Gostyushin. - M. : Speculum, 1994. - 432 p.
3. Karnatsevich, I.V. Causae accidentium, casus periculorum et phaenomena naturalia in itinera hiking: studio duce / I.V. Karnatsevich, A.L. Statuam. - Bulletin Omsk Scientific, 2007. - 203 p.
4. Makhov, S.Yu. Securitas in campo recreationis et voluptuaria. Organization of the safety of active tourismus : auxilium docens ad altiore educationem professionalem / S.Yu. Makhov. - Orel: FGBOU VPO "Statua Universitatis-UNPK", 2012. - 150 p.
5. Fundamenta peregrinationis activae [Electronic resource]: auxilium docendi / Comp. S. Yu Makhov - Electron. textum data. — Aquilae : MABIV, 2020. — 115 p. — Accessus modus: <http://www.nauka-2020.ru/200205.pdf>.

ОРГАНИЗАЦИЯ ТЁПЛОГО НОЧЛЕГА В ЛЕСУ

Орлов Д.В.

***Аннотация.** В настоящее время тема выживания в экстремальных условиях популярна в связи с вероятностью оказаться в зоне боевых действий, либо столкнуться с последствиями катастрофы в крупном городе. Выживание в лесу с минимальным набором предметов становится сферой интересов весьма широкого круга людей. В статье предлагается один из способов обустройства тёплого и замаскированного места ночлега в лесу в холодное время года до выпадения снега.*

***Ключевые слова:** укрытие, нож, выживание, ночёвка, очаг.*

Коллеги попросили меня рассказать об опыте строительства укрытий для ночёвки в прохладном лесу. Я как раз недавно провёл занятие по теме выживания в подмосковном лесу и похвастался опытом строительства укрытия в нашей профильной группе ВК. Но это был именно опыт, а не отработанная технология. Однако пару раз этот способ помог мне приятно переночевать в условиях, в которых можно было и замёрзнуть насмерть.

Я – инструктор по водному туризму, но хожу не на сплавы, а по морю и большим озёрам – вдоль берегов. Вожу группы подростков и иногда взрослых на парусно-гребных лодках в сопровождении надувной моторной лодки. Работаю на северных берегах уже лет 20. Маршруты простые – по островам и заливам Белого моря, Ладоги, Финского залива. Поэтому не удивительно, что на работе я ношу на поясе аптечку, нож и минимальный технический набор. Сверху удобно надевается спасжилет.

И если мне придётся строить для ночёвки укрытие в лесу, то у меня и без рюкзака окажется в доступе нож, зажигалка, несколько метров шнура 3 мм, пластырь и спасательное «космическое» одеяло с зеркальным покрытием. Без хорошего ножа и шнурка строить будет труднее, а с огнём было бы хуже – от искорки и трения палочек во влажном лесу огонь не появится.

За 20 лет работы на свежем воздухе мне приходилось ночевать в прохладе без коврика и спальника раз пять. В мае и в конце августа на широте полярного круга ночью может быть очень холодно, вплоть до лёгкого минуса. Один раз я сильно подмёрз, пару раз нашёл тёплое сухое место, а два раза я грел камни в костре и строил над ними логово. Этой осенью в подмосковном лесу с группой подростков и родителей мы построили модель тёплого логова на четырёх человек за пару часов. Получилось хорошо, и вот – делюсь опытом. В одиночку укрытие на одного человека я строю за такое же время, скорость зависит от навыка.

Актуальность? Пару раз мне приходилось уходить в лес от преследования с тем, что было на поясе. Если бы преследование

затянулось, то пришлось бы ночевать. Возможно, вам нужно будет переждать в лесу несколько дней, возможно вы будете идти много дней по лесу налегке. Время пришло беспокойное. Всякое может случиться...

Во влажном холодном лесу человек может погибнуть от холода. Помним, что дети на Сямозеро не утонули – они погибли от переохлаждения, хотя многие выбрались на берег. Поэтому перед сном имеет смысл пару часов потратить на стройку и костёр. Разумеется, убежище из веточек имеет смысл строить, если у вас нет коврика, спальника, тента или палатки. Однако, если нет даже ножа и зажигалки (спичек и подобного) – то описанный метод не сработает и велик риск смерти от переохлаждения. Советую – если рядом лес, носите нож и зажигалку на поясе.

Выбираем место. В строительстве может помочь ствол упавшего дерева или вывороченное при падении корневище. В недавно в лесу мы использовали и то и другое. Место лучше выбрать с небольшим уклоном – в пределах 5 - 10 градусов, голова выше. Очаг располагаем чуть ниже места, где будут ноги. Под ногами – упор из толстой ветки. Место нам нужно выбрать недалеко от камней, из которых можно сложить очаг. Чем больше камней – тем лучше. Они нужны, чтоб всю ночь отдавать тепло.

В Карелии или на любом морском/речном берегу камни найти не сложно. В лесу нужно искать овраг с руслом ручья, там есть шанс найти камни. В зоне недавних оледенений я всегда находил камни в оврагах.

Очаг хорошо бы сделать с подводом воздуха и в ямке с каменным основанием, чтоб камни, которые будут нагреваться от костра стояли на других камнях, а не на влажной земле. Земля, даже если подсохнет от костра, продолжит подсасывать влагу. Яму можно вырыть обструганной палкой. Пары часов горения хватит, чтоб камни прогрелись так, чтоб остывать всю ночь. За это время можно и носки просушить, и ужин приготовить. Но до этого стоит построить логово. Сбоку в очаге оставим отверстие, щель, через которую пойдёт тёплый воздух вверх. От очага прорываем канавку выше по склону, чтоб получать по ней тёплый воздух. После того как костёр прогорит, мы накроем место выхода огня большими, желательно плоскими, камнями – и тёплый воздух пойдёт вверх по оставленному нами пути, нам в ноги и под подстилку.

Теперь – само укрытие. Сначала – пол, потом кровля, полог. Строим подобие беличьего кубла на земле.

Строим тёплый пол. Сверху, над канавкой делаем из тонких веточек упругую теплоизолирующую прослойку, которая сможет также пропускать ток тёплого воздуха от камней очага. Нельзя допускать контакта тела с землёй. Слой веток должен быть настолько толстым и упругим, чтоб лежащий на них человек не касался влажной и холодной земли. Ветки лучше, хотя бы в одном слое, переплести так, как это делают при плетении корзин. Ячейки могут быть большими, но сетчатое плетение

не даст веткам разъезжаться, пока мы будем спать и ворочаться. Снизу в прослойке – толстые ветки – до 3 см в диаметре. Выше в прослойке – тонкие ветки. Слой веток толщиной в 10 -20 см укрываем сверху мхом или листьями. Эту верхнюю подстилку можно просушить у костра, если погода влажная.

Крыша. Над подстилкой мы сделаем полог, навес на дугах. Живые ветки диаметром полтора – два – три сантиметра хорошо гнутся. Затачиваем концы веток, втыкаем в землю и переплетаем более тонкими ветками. Накрываем мхом, листьями и корой. Кору лучше расположить как черепицу – внахлест. Это поможет при дожде. После укладки коры конструкцию можно укрепить сверху дугами из тонких веточек, также зафиксированных плетением.

При монтаже конструкции будут полезны короткие верёвочки, которыми можно перевязать перекрестия несущих веток. Для тех же целей подойдёт часть пластыря из аптечки. Для свода хватит дуг высотой до 70 см. Можно и ниже. Важно, чтоб можно было заползти в укрытие на коленках. Чем меньше будет объём логова, тем легче его будет согреть теплом от камней и теплом вашего тела.

Конструкцию полезно завалить сверху толстым слоем хвои, мха, листового опада. Возможно, понадобится декорировать конструкцию в целях маскировки.

Не забудьте сделать заслонку на вход. Если повезёт – найдёте старое умершее толстое дерево и снимете большой кусок коры. Можно также сплести подушку из мха травы или листового опада, оплести их тонкими прутиками и/или шнурком.

Всю свою одежду следует максимально просушить у костра и надеть на себя. Поужинайте, если есть чем. Укройтесь сверху спасательным пластиковым одеялом, если оно есть. Закройте вход заранее подготовленной дверью. Ложитесь на бок, сгруппируйтесь и спите. Потому, что, если вы оказались в такой странной норе, значит силы завтра понадобятся и важно хорошо выспаться.

Литература

1. Федеральный закон «О молодежной политике в Российской Федерации» от 30 декабря 2020 г. № 489-ФЗ (последняя редакция) // Российская газета. – 11 января 2021 г.

2. Распоряжение Правительства Российской Федерации «Об утверждении Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года» от 29 ноября 2014 г. № 2403-р // Российская газета. – 8 декабря 2014 г.

Орлов Денис Владиславович, инструктор-проводник водного туризма, член – корреспондент Международной академии детско-юношеского туризма и краеведения имени А.А. Остапца-Свешникова, лидер команды проекта «Золото Белого моря».

ORGANIZATION OF A WARM OVERNIGHT STAY IN THE FOREST

Orlov Denis Vladislavovich, instructor-guide of water tourism, corresponding member of the International Academy of Youth Tourism and Local Lore named after A.A. Ostaptsa-Sveshnikova, leader of the White Sea Gold project team.

Abstract. *Currently, the topic of survival in extreme conditions is popular due to the likelihood of being in a war zone, or facing the consequences of a disaster in a large city. Survival in the forest with a minimum set of items becomes the sphere of interest of a very wide range of people. The article proposes one of the ways to arrange a warm and disguised place to sleep in the forest during the cold season before the snow falls.*

Keywords: *shelter, knife, survival, overnight stay, hearth.*

References

- 1. Federal'nyj zakon «O molodezhnoj politike v Rossijskoj Federacii» ot 30 dekabrya 2020 g. № 489-FZ (poslednyaya redakciya) // Rossijskaya gazeta. – 11 yanvarya 2021 g.*
- 2. Rasporyazhenie Pravitel'stva Rossijskoj Federacii «Ob utverzhdenii Osnov gosudarstvennoj molodezhnoj politiki Rossijskoj Federacii na period do 2025 goda» ot 29 noyabrya 2014 g. № 2403-r // Rossijskaya gazeta. – 8 dekabrya 2014 g.*

МЕТОДИКИ И ТЕХНОЛОГИИ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ С ПОМОЩЬЮ АКТИВНОГО ТУРИЗМА

УДК 379.85

ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА, СРЕДСТВА, МЕТОДЫ ИХ РАЗВИТИЯ, ПРЕОБЛАДАЮЩИЕ В ТУРИЗМЕ

Алейникова А.А.

***Аннотация.** Туризм – одно из важных средств активного отдыха. Путешествуя, люди знакомятся с природными богатствами историческими и культурными памятниками. Правильно организованное и хорошо проведенное путешествие укрепляет здоровье человека, закаляет организм, развивает силу, ловкость, выносливость, инициативу, мужество, настойчивость, дисциплинированность, способствует повышению трудовой активности.*

***Ключевые слова:** туризм, физические качества, средства, методы развития физических качеств, быстрота, сила, координационные способности, выносливость, гибкость.*

Физические качества – это различные стороны двигательных возможностей человека, степень овладения определенными навыками.

Одной из главных задач, решаемых в процессе физического воспитания, является обеспечение оптимального развития физических качеств, присущих человеку. Физическими качествами принято называть врожденные (генетически унаследованные) морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая (материально выраженная) активность человека, получающая свое полное проявление в целесообразной двигательной деятельности. К основным физическим качествам относят мышечную силу, быстроту, выносливость, гибкость и ловкость.

Применительно к динамике изменения показателей физических качеств употребляются термины «развитие» и «воспитание». Термин развитие характеризует естественный ход изменений физического качества, а термин воспитание предусматривает активное и направленное воздействие на рост показателей физического качества.

В туризме, как и в других видах спорта, достижение высоких результатов невозможно без постоянной физической подготовки, которая составляет основное содержание тренировки и в то же время неразрывно связана с укреплением и повышением общего уровня функциональных возможностей организма.

Различают общую и специальную физическую подготовку. Средствами общей физической подготовки достигаются:

1) разностороннее развитие физических способностей и укрепление здоровья;

2) развитие функциональных возможностей организма как основы специальной работоспособности и улучшения протекания восстановительных процессов.

Сила – это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений). Собственно, силовые способности проявляются: 1) при относительно медленных сокращениях мышц, в упражнениях, выполняемых с околопредельными, предельными отягощениями (например, при приседаниях со штангой достаточно большого веса); 2) при мышечных напряжениях изометрического (статического) типа (без изменения длины мышцы). В соответствии с этим различают медленную силу и статическую силу.

Средствами развития быстроты являются упражнения, выполняемые с предельной либо околопредельной скоростью (т.е. скоростные упражнения).

Для развития быстроты применяются: циклические упражнения в условиях, способствующих повышению темпа движений; бег под уклон, с тяговым устройством; быстрые движения ногами и руками, выполняемые в высоком темпе.

Выносливость – это способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности.

Специальные упражнения и условия жизни существенно влияют на рост выносливости. У занимающихся различными видами туризма показатели на выносливость этого двигательного качества значительно (иногда в 2 раза и более) превосходят аналогичные результаты не занимающихся.

Под двигательно-координационными способностями понимаются способности быстро, точно, целесообразно, экономно и находчиво, т.е. наиболее совершенно, решать двигательные задачи (особенно сложные и возникающие неожиданно).

Основным средством воспитания координационных способностей являются физические упражнения повышенной координационной сложности и содержащие элементы новизны.

Литература

1) Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 168 с.

2) Богатов С.Ф. Спортивное ориентирование. - М. Воениздат, 1999.- 230 с.

3) Бринк И.Ю. Ателье туриста - М. Физкультура и спорт, 2000.-421с.

4) Волков В.М. Тренеру о подростке. - М.: Физкультура и спорт, 2009.- 22 с.

5) Деревянин А. Комплекс упражнений А.С. Стрельниковой.// Физическая культура и спорт. - 2002, №5 г с. 18-19.

Алейникова Анна Алексеевна, магистрант кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, ann.aleinikova99@mail.ru, Россия, Москва, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК».

**PHYSICAL QUALITIES OF MEANS, METHODS OF THEIR
DEVELOPMENT, PREVAILING IN TOURISM**

Anna Alekseevna, MA student, Department of Recreation and Sport and Health Tourism, ann.aleinikova99@mail.ru, Russia, Moscow, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sport "GTSOLIFK

Abstract. *Tourism is one of the important means of active recreation. While travelling people get acquainted with natural resources and historical and cultural monuments. The properly organized and well traveled strengthens health, strengthens the organism, develops strength, dexterity, endurance, initiative, courage, persistence, discipline and promotes labor activity.*

Keywords: *tourism, physical qualities, means, methods of development of physical qualities, speed, force, coordination abilities, endurance, flexibility.*

References

1) Ashmarin B.A. *Theory and methodology of pedagogical research in physical education.* - Moscow: Fizkultura i sport, 1987. - 168 с.

2) Bogatov S.F. *Sport orienteering.* - M. Voenizdat, 1999. 230p.

3) Brink I.Y. *Atelier of the tourist* - M. Fizkultura i sport, 2000.-421p.

4) Volkov V.M. *To the trainer about the teenager.* - M.: Fizkura i sport, 2009.- 22p.

5) Derevyenin A. A.S. *Strelnikova Complex of exercises // Physical training and sport.* - 2002, №5 g p. 18-19.

К ВОПРОСУ ВЛИЯНИЯ ТУРИСТИЧЕСКИХ ПОХОДОВ НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ И МОРАЛЬНО-ПРАВСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Алексеев А.А., Жариков Н.Н., Силаев М.Е., Табарин В.Н.

***Аннотация.** В статье рассматривается влияние туристических походов (прогулок) на развитие и совершенствование оптимальных социально-психологических условий для освоения детьми и подростками жизненного опыта, для развития своих индивидуальных и социально значимых способностей, а также для отдыха, оздоровления, обучения и воспитания.*

***Ключевые слова.** Подростки, туризм, коллектив, нравственные качества, личность.*

Актуальность. Туризм как многообразное общественное явление играет большую роль в жизни общества, и функции его обширны. Занятия туризмом в подростковом возрасте удовлетворяют физические и духовные потребности ребенка, влияют на человеческие отношения, развивают определенные потребности личности, обеспечивая ее всестороннее гармоническое развитие.

Туризм является обширной областью самовыражения, проявления и формирования определенных способностей, дарований, таланта, способствует подготовке подростка к жизненной практике.

Содержание, формы и методы воспитательной работы с подростками в туризме служат эффективным средством, влияющим на развитие и совершенствование оптимальных социально-психологических условий для освоения детьми и подростками жизненного опыта, для развития своих индивидуальных и социально значимых способностей, а также для отдыха, оздоровления, обучения и воспитания

Основные положения. Однако ценность туризма в юном возрасте не ограничивается вопросами оздоровления и физического развития. Коллективные прогулки способствуют формированию подросткового коллектива, в котором все связано одной целью, где подросток чувствует свою причастность к общему делу, видит, какую пользу он приносит.

Прогулки воспитывают у подростков важнейшие нравственные качества, учат налаживать взаимоотношения между членами группы, развивают в каждом ребенке организованность, отзывчивость, щедрость, доброжелательность. Таким образом, туризм является прекрасным средством всестороннего развития личности подростка. В настоящее время назрела необходимость дальнейшего совершенствования содержания и форм воспитания подростков в спортивном туризме с учетом индивидуальных личностных особенностей.

Необходимо отметить, что при организации и проведении учебно-воспитательного процесса в туризме используется личностно-ориентированная педагогическая парадигма.

Подростковый период считают трудным и критическим. Такая оценка обусловлена, во-первых, происходящими в это время многочисленными качественными сдвигами, которые подчас носят характер коренной ломки прежних особенностей, интересов и отношений ребенка; это может происходить в сравнительно короткий срок, часто бывает неожиданным и сообщает процессу развития скачкообразный, бурный характер. Во-вторых, происходящие изменения нередко сопровождаются, с одной стороны, появлением у самого подростка значительных субъективных трудностей разного порядка, а с другой - трудностей в его воспитании: подросток не поддается воздействиям взрослых, у него появляются разные формы непослушания, сопротивления и протеста (упрямство, грубость, негативизм, строптивость, замкнутость, скрытность)

Туризм интересен личностям, имеющим высокий уровень развития поисковых интересов, любящих новизну обстановки, любящих живое общение, умеющих и желающих применять разнообразные спортивные навыки в различных ситуациях. Спортивная деятельность в туризме дает возможность снять напряжение в отношениях между подростками путем спортивных состязаний. В этом случае разрешение конфликта происходит организованно в рамках установленных правил, которые заранее известны подросткам и не вызывают несогласия [1,2].

Туризм создает благоприятную почву для воспитания трудовых и волевых навыков. Трудно представить себе путешествие без общественно полезной работы. И учить всему этому должен учитель-руководитель похода. Он терпеливо показывает ребятам, что и как надо делать, личным примером увлекает их. Молодой, да и опытный учитель в походе, хорошо познает своих ребят. Он видит их во время преодоления трудностей, в труде, в общении с коллективом. Перед руководителем открываются такие стороны характера воспитанников, которые невозможно познать в условиях обычной школьной жизни. Туристская группа - это не класс. Походная жизнь сближает туристов, они лучше узнают друг друга, часто дружба, возникшая в путешествии, остается на долгие годы. Туристический коллектив при умелом педагогическом руководстве может хорошо воздействовать на нарушителей дисциплины, на разболтанных учеников [3].

Походы надо проводить систематически, с четвертого по десятый класс, постоянно усложняя маршрут. К тому же походы должны проводиться во всех классах, во всех школах. Только тогда туризм действительно станет комплексным видом воспитания молодого поколения. Туризм потому и является наиболее комплексным видом

воспитания, что сочетается с краеведческой, экспедиционной работой по выполнению конкретного задания, связанного с поисками и исследованиями по географии, биологии и истории своего края.

Дидактический принцип научности используется, прежде всего в планировании туристско-краеведческой и экскурсионной работы и реализуется в системном подходе к решению этой задачи, и его следует рассматривать как единую систему деятельности, управляемую целями и задачами современного воспитания. Осуществляется принцип научности туристско-краеведческой и экскурсионной деятельности так же в предварительном изучении районов путешествия, при обработке собранных материалов, подготовки учащихся к выполнению соответствующей работы в туристическом походе [4, 5].

Идейное, трудовое и нравственное воспитание наших туристов предлагает опору на коллектив. Принцип коллективизма играет особую роль, ибо только сплоченный коллектив может пройти сложный маршрут, выполнить поставленные задачи.

Сплоченность детско-юношеского коллектива туристов - основное условие успеха и результативности их поисковой деятельности, так как вся работа участников похода строится на взаимодействии и коллективном творчестве при строгом разграничении обязанностей в поисковой работе, в культурно-массовых, просветительных, спортивных, оздоровительных и других делах, связанных с организацией и проведением любого туристического мероприятия [6].

Туризм обладает огромными возможностями в развитии коллектива в подростковом возрасте. Его преимущества перед другими средствами в том, что приобщение к туризму ускоряет темпы развития коллектива за счет постоянной и разнообразной по своему характеру деятельности. Ускорению темпа развития коллектива способствует и то, что ребята в походе или на экскурсии постоянно находятся вместе. Организация туристической деятельности способствует развитию туристского коллектива еще и по тому, что каждый член отряда может активно участвовать в общих делах: выборе маршрута, хозяйственных, культурно-просветительных, санитарно-гигиенических и др.

Заключение. Таким образом, в подростковом возрасте туризм выступает, как возможность общаться со сверстниками, стать сильным, развить свою волю. Прикладное значение воспитания личностных качеств подростка-туриста состоит в обеспечении всестороннего развития физической деятельности в единстве с гармоничным развитием его личности.

Литература

1. Игнатъев, М. А. Организационно-нормативные основы туризма: учебно-методическое пособие для студентов ФФК / М. А. Игнатъев, А. М. Игнатъев – Чебоксары: ГОУ ВПО ЧГПУ, 2007. – 128 с.
2. Квартальнов, В. А. Педагогика и туризм: учебник для вузов туристского профиля / В. А. Квартальнов. – М.: Советский спорт, 2000. – 334 с.
3. Константинов, Ю. С. Детско-юношеский туризм. Уч. метод. пособие / Ю. С. Константинов – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 600 с.
4. Нагорный, А. Г. Экспериментальное исследование ходьбы с грузом и норм в туристских походах старшеклассников: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / А. Г. Нагорный. – М., 1998. – 16 с.
5. 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.
6. Федотов, Ю. Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / Ю. Н. Федотов, И. Е. Востоков. – М.: Советский спорт, 2003. – 364 с.

Алексеев Алексей Алексеевич кандидат технических наук, старший преподаватель кафедры физической подготовки Московского высшего общевойскового командного училища, eva29111985@yandex.ru, Россия, Москва.

Жариков Николай Николаевич, старший преподаватель кафедры физической подготовки Московского высшего общевойскового командного училища, eva29111985@yandex.ru Россия, Москва.

Силаев Михаил Евгеньевич, преподаватель кафедры физической подготовки Московского высшего общевойскового командного училища, eva29111985@yandex.ru, Россия, Москва.

Табарин Владимир Николаевич, преподаватель кафедры физической подготовки Московского высшего общевойскового командного училища, eva29111985@yandex.ru, Россия, Москва.

TO THE QUESTION OF THE INFLUENCE OF TOURIST TRIPS ON THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL AND MORAL QUALITIES IN ADOLESCENT AGE

Alekseev Aleksey Alekseevich Candidate of Technical Sciences, Senior Lecturer, Department of Physical Training, Russia, Moscow, Higher Combined Arms Command School, Moscow, eva29111985@yandex.ru.

Zharikov Nikolay Nikolaevich, senior lecturer of the Department of physical training of the Moscow higher combined arms command school, Russia, Moscow, eva29111985@yandex.ru.

Silaev Mikhail Evgenievich, Lecturer, Department of Physical Training, Moscow Higher Combined Arms Command School, Russia, Moscow, eva29111985@yandex.ru.

Tabarin Vladimir Nikolaevich, the teacher of chair of physical training of the Moscow higher military command school, Russia, Moscow, eva29111985@yandex.ru.

Abstract. *The article examines the impact of Hiking (walking) on the development and improvement of optimal socio-psychological conditions for children and adolescents to learn*

life experience, for the development of their individual and socially significant abilities, as well as for recreation, health improvement, training and education.

Keywords: teenagers, tourism, team, moral qualities, personality.

References

1. Ignatiev, M. A. *Organizational and normative bases of tourism: educational and methodological guide for students of the Federal University* / M. A. Ignatiev, a.m. Ignatiev-Cheboksary: state University of higher education, CHPU, 2007. - 128 p.
2. Kvartalnov, V. A. *Pedagogy and tourism: textbook for universities of tourist profile* / V. A. Kvartalnov. - Moscow: Sovetsky sport, 2000. – 334 p.
3. Konstantinov, Yu. S. *Children and youth tourism. Uch. method. a manual* / Y. S. Konstantinov, M.: Fduty, 2006. - 600 s.
4. Nagorny, A. G. *Experimental study of walking with a load and norms in tourist trips of high school students: autoref. dis. ... kand. PED. Sciences: 13.00.01* / A. G. Nagorny. - Moscow, 1998. - 16 p.
5. Sergeeva, S. A. *Tourism as an effective means of physical and moral education of schoolchildren: dis. ... kand. PED. Sciences: 13.00.04* / S. A. Sergeeva. - M., 1996. - 185 p.
6. Fedotov, Yu. N. *Sports and health tourism: textbook* / Yu. n. Fedotov, I. E. Vostokov. - Moscow: Sovetsky sport, 2003. – 364 p.

ПУТЕШЕСТВИЕ КАК СПОСОБ ЭФФЕКТИВНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

Ашубаева А.Р., Безоян Н.Г.

***Аннотация.** В данной статье мы рассмотрим путешествия, как факт социально-культурного, а также физического развития личности. Так же рассмотрим вопрос о полезности туризма в познании себя как личности, так и развития в физическом и духовном плане. В статье будут описаны факторы путешествий, положительно влияющие на организм и дух человека.*

***Ключевые слова:** путешествие, туризм, развитие, активность, познание, отдых.*

Путешествие – это всегда значимые события в жизни многих людей. В современном мире поездки в другие страны, города является очень значимым в развитии личности. И такой способ становится более популярным, для познания себя и окружающего мира. С приходом новых технологий, и эволюции общества люди стараются увидеть мир как можно больше и рассмотреть его в самых тонких мелочах. Многие предпочитают посвящать свою жизнь различным экспедициям, и долговременным походам.

Но есть и люди, которые предпочитают проводить свою жизнь в родной стране и родном городе, наслаждаясь комфортом и расположением своего дома. К счастью такие моменты, когда хочется оставить свой привычный быт и посетить другой город наступают в жизни многих людей, что в большинстве случаев сказывается положительно на эмоциональном и физическом состоянии. [1].

Можно сказать, что путешествия и познание – это процессы которые дополняют друг друга. Некоторыми психологами было проведено исследования, которые доказали, что человек достигает истинное счастье приобретая новый опыт и получая воспоминания о нем. Даже как, казалось бы, получение материальных благ не так сказывалось на «уровень счастья» людей. Именно путешествия, в особенности если она случилось впервые, стали самыми долгосрочными источниками счастья в жизни человека, и оказались намного ценнее чем покупка чего-то дорогостоящего.

Не всегда путешествие — значит выезд за границу. Куда бы человек ни поехал, полетел главной ценностью становится время и как мы его используем в данный момент. [2].

Туризм развивает и формирует навыки самостоятельности, это очень важно в современном обществе. Допустим группа туристов, которые находятся в походе должны уметь, или по крайней мере научиться

составлять маршрут похода, готовить пищу в природных условиях, преодолевать возникшие трудности, ставить лагерь и так далее.

Сейчас будут рассмотрены факторы, влияющие на эмоциональный фонд человека.

1. Этап планирования путешествия.

Находясь на этапе планирования поездки у человека повышается настроение даже когда, он находится еще в стенах своего дома. Улучшение настроения происходит за счет его мыслей, а также действий. Ходя по магазинам, собирая вещи, которые пригодятся в поездке буквально «окрыляют» будущего путешественника.

Несмотря на то какой отдых планируется, активный или спокойный это требует подготовки, это все будет воодушевлять человека. Британские ученые выяснили что люди, часто путешествующие на $\approx 20\%$ реже, подвергаются депрессивным фазам своей жизни. [3].

2. Улучшение работоспособности мозга при активном отдыхе

Смена обстановки, поездки, походы благотворно влияют на мозг. Наши нейроны укрепляют связь между собой, за счет этого повышая умственные способности и интеллект. А также увеличивая количество дендрит- отростков нейронов, с их помощью мозг сможет обрабатывать большее количество информации. Отдых и само путешествие заставляет мозг перезагрузиться, получая новые впечатления и новые знакомства. Тем самым человек приспосабливается к новым, незнакомым ситуациям, становится более коммуникабельным.

Так же, следует отметить что, поездки в различные места нашей планеты, развивают в личности культурное сознание, повышают кругозор (что положительно влияет на четкость мышления).

Опираясь на исследование ученых из Питтсбургского государственного университета, можно отметить что умственная нагрузка, получаемая в процессе поездки может стать своеобразной профилактикой от Альцгеймера и деменции. [4].

3. Поддержание тела в форме.

Не смотря на то что, вы можете ехать на отдых, чтобы полежать на песке и искупаться в море, все равно физическая нагрузка значительно больше чем дома. До пляжа нужно дойти, возможно захочется посетить различные достопримечательности. А любители активного отдыха, едущие за экстримом, например, как катание на сноуборде, погружение с аквалангом и т.д., задействуют весь свой двигательный аппарат. Увеличенная нагрузка на мышцы приведет к улучшению физических параметров тела, и более высокой выносливости организма. Элементарные пешие прогулки по местности повысят вашу физическую активность. В любом случае, активность уже приводит работу сосудов и сердца в норму, и улучшение дыхательной системы, в особенности повлияет место с чистым воздухом наполненный различными микроэлементами. [5].

Как путешествовать с пользой и максимальной эффективностью?

Главный и важный совет от опытных путешественников это если вы отправились в новое место, знакомьтесь с новыми людьми, познавайте традиции, принятые в этой стране\городе, так же не стоит забывать про национальную кухню. Благодаря последним исследованиям мы можем понять на сколько путешествия могут быть важными. встреча с неизведанным, заставляет нас выйти из зоны комфорта. И из привычного, стабильного состояния заставляет работать мозг активнее. [6].

По мнениям многих психологов именно активный отдых является наиболее эффективным. Он полезен не только как для восстановления и улучшения физической силы, но и духовных. Поэтому такой вид отдыха должен рассматриваться на уровне потребностей. Значение туризма заключается еще и в формировании жизненно важных умений и навыков.

В заключении можно сказать что, туризм определённо способствует физическому и духовному развитию. Правильно организованный досуг и опробованные виды отдыха, определено повлияет на дальнейшую жизнь человека. Нужно лишь выбрать время, место путешествия и фирму, которая будет обеспечивать приятный отдых.

Литература

1. Калью П.И. Сущностная характеристика понятия «здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения: обзорная информация. - М., 1988.

2. Квартальнов, В. А. Педагогика и туризм: учебник для вузов туристского профиля / В. А. Квартальнов. – М.: Советский спорт, 2000. – 334 с.

3. Квартальнов, В. А. Педагогика и туризм: учебник для вузов туристского профиля / В. А. Квартальнов. – М.: Советский спорт, 2000. – 334 с.

4. Константинов, Ю. С. Детско-юношеский туризм. Уч. метод. пособие / Ю. С. Константинов – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 600 с.

5. Легкодымов С.В., Панафидин П.В. Система туристско-краеведческой работы в учреждениях образования Алтайского района. Сборник статей, 3 Педагогические чтения им.В.И. Верещагина. Выпуск 3. С79-87.

6. Лисицын Ю.П. Здравоохранение в XX веке: монография. / Ю.П.Лисицын. – М.: Медицина, 2002. – 216 с.

Ашубаева Алена Руслановна, студент, almischowu@gmail.com, Россия, Новосибирск, Автономная некоммерческая образовательная организация высшего образования Центросоюза Российской Федерации «Сибирский университет потребительской кооперации».

Безоян Нора Грачиловна, студент, bezoyan@bk.ru, Россия, Новосибирск, Автономная некоммерческая образовательная организация высшего образования

Центросоюза Российской Федерации «Сибирский университет потребительской кооперации».

TRAVEL AS A WAY OF EFFECTIVE PERSONAL DEVELOPMENT

Ashubaeva Alyona Ruslanovna, student, almischow@gmail.com, Russia, Novosibirsk, Autonomous non-profit educational organization of higher education of the Centrosoyuz of the Russia "Siberian University of Consumer Cooperation".

Bezoyan Nora Grachikovna, student, bezoyann@bk.ru, Russia, Novosibirsk, Autonomous non-profit educational organization of higher education of the Centrosoyuz of the Russia "Siberian University of Consumer Cooperation".

Abstract. In this article we will consider travel as a fact of socio-cultural, as well as physical development of the individual. We will also consider the question of the usefulness of tourism in self-knowledge as a person, and development in physical and spiritual terms. The article will describe the factors of travel that positively affect the human body and spirit.

Keywords: travel, tourism, development, activity, cognition, recreation.

References

1. Kalyu P.I. The essential characteristic of the concept of "health" and some issues of health restructuring: overview information. - M., 1988.
2. Kvartalnov, V. A. Pedagogy and tourism: textbook for universities of tourist profile / V. A. Kvartalnov. – M.: Soviet sport, 2000. – 334 p.
3. Kvartalnov, V. A. Pedagogy and tourism: textbook for universities of tourist profile / V. A. Kvartalnov. – M.: Soviet sport, 2000. – 334 p.
4. Konstantinov, Yu. S. Children and youth tourism. Uch. method.manual / Yu. S. Konstantinov – M.: Fcdyutik, 2006. – 600 p.
5. Legkodymov S.V., Panafidin P.V. The system of tourist and local history work in educational institutions of the Altai region. Collection of articles, 3 Pedagogical readings named after V.I. Vereshchagin. Issue 3. C79-87.
6. Lisitsyn Yu.P. Healthcare in the XX century: monograph. / Yu.P.Lisitsyn. – M.: Medicine, 2002. – 216 p.

РОЛЬ ТУРИЗМА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Колесов В.И.

***Аннотация.** В статье рассматривается роль физического воспитания как наиболее реального комплексного оздоровительного средства, оказывающего значительное влияние на качество жизни детей в современных условиях и значимости место туризма в системе физического воспитания дошкольного возраста.*

***Ключевые слова:** туризм, здоровый образ жизни. физическое воспитание, двигательная деятельность, двигательная активность.*

Введение. Проблема здоровья в начале третьего тысячелетия подрастающего поколения вызывает тревогу государства и общественности, медицинских работников и педагогов, родителей и самих детей. Медицинская статистика многих поколений отмечает, что большинство болезней взрослых уходит корнями в детство, указывая особую роль детского сада в формировании как непосредственно здоровья ребенка, так и его отношения к своему здоровью, реальным действиям и поступкам, создающим предпосылки для формирования навыков здорового образа жизни.

Основная часть. Совершенствование физического воспитания, учет современной социально-экономической ситуации приводит многие педагогические коллективы к необходимости более активного применения средств и форм туризма. А возросший за последние годы в Беларуси интерес к данному направлению дал возможность ученым не только провести исследования, но и еще раз подтвердить благотворное влияние природы на организм человека. Физическое развитие совершается по объективным законам, важнейшим из которых является закон единства организма и среды. На основе этих законов можно придавать физическому развитию направление, соответствующее интересам общества [1]. Для детей взаимодействие с внешней средой это, прежде всего, взаимодействие с окружающей их природной и социальной средой, которое заключается в создании благоприятных условий для проведения занятий физическими упражнениями, способствующих полноценному физическому развитию. Еще Е.А. Аркин в 1967 указывал, что в окружающей среде "детский коллектив должен находить не только обстановку и материал, но должен находить в нем источник возбуждения, который открыл бы перед ним новые формы активности" [2]. Известно, что необходимым условием нормального развития растущего организма является двигательная активность ребенка (А.Н.Крестовников, 1951; Н.А.Фомин, 1991). Причем,

важное значение имеет организация двигательной активности детей на воздухе. В связи с этим, процесс физического воспитания детей дошкольного возраста должен предусматривать определенный научно-обоснованный режим, включающий двигательную деятельность в условиях пониженной температуры воздуха, что способствует повышению устойчивости организма к изменениям внешней среды. Высокую оздоровительно-воспитательную ценность двигательной деятельности на открытом воздухе отмечали видные физиологи и педагоги В.В. Гориневский, Е.Г. Леви-Гориневская и др. Именно поэтому во многих научных исследованиях ставится и положительно решается вопрос максимального использования эффекта рационального сочетания естественных сил природы и разнообразной двигательной деятельности детей. Целью одних исследований являлось изучение эффективности круглогодичного проведения отдельных форм организации физического воспитания на воздухе, других - возможность переноса всех организационных форм физического воспитания из помещения на участок детского сада, третьих - организация двигательной деятельности дошкольников в природных условиях. Результатом проведенных исследований было значительное снижение случаев простудных заболеваний и уменьшение числа часто болеющих детей [3]. По мнению Ю.Ф. Змановского, рациональная двигательная деятельность должна включать физические и умственные нагрузки на благоприятном эмоциональном фоне, который может создаваться природным окружением. За последние годы появились данные о биохимическом аспекте в механизме влияния физической нагрузки на регулирующие системы. Установлено, что физические упражнения на воздухе способствуют увеличению продукции нейтро-пептидов - особых веществ, продуцируемых мозгом и играющих важную роль в проявлении психических функций, что благоприятно отражается на настроении, улучшении сна, повышении аппетита. Ю.Ф. Змановский полагает, что эти механизмы составляют материальную основу для нормального психического развития ребенка [4]. Говоря о пользе двигательной деятельности на воздухе, нельзя не отметить, что разнообразные физические упражнения, направленные на развитие основных физических качеств, не в одинаковой степени способствуют укреплению здоровья. Специальные исследования поставили на повестку дня, по определению Ю.Ф. Змановского, проблему "оздоровительной стоимости физических упражнений". По мнению Е.А. Аркина, мышечные упражнения бывают трех рода: а) на силу; б) на скорость; в) на выносливость [5]. Для укрепления здоровья и совершенствования двигательной сферы, а также закаливания детей дошкольного возраста представляют интерес упражнения на выносливость. Выносливость гораздо больше других качеств связана с физической работоспособностью и тем самым со

здоровьем человека. Анализ научной литературы последних лет показал, что применение нагрузок на выносливость, адекватных возрастным возможностям детей, повышает уровень развития этого качества, способствует улучшению других физических качеств (в частности, быстроты, силы), положительно влияет на физическое развитие, двигательную подготовленность, способствует закаливанию организма ребенка [6].

Выводы. Совершенствование физического воспитания, учет современной социально-экономической ситуации приводит многие педагогические коллективы к необходимости более активного применения средств и форм туризма, и это не просто увлечение или очередная педагогическая мода. В настоящее время в дошкольном образовании имеются разнообразные средства повышения жизнедеятельности детей, но туризм, как средство физического воспитания обладает всеми необходимыми компонентами для сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения.

Литература

1. Абрахова, В. В. Дошкольная педагогика. Воспитание и развитие детей в ДОО / В. В. Абрахова. – Москва-Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 117 с.
2. Алексеева, Е. Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Е. Е. Алексеева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 195 с.
3. Бабинский Ю.К. Оптимизация процесса обучения: общедидактический аспект. - М.,1977.
4. Баранов С.П. Сущность процесса обучения. - М., 1986
5. Болотина Л.Р. Дошкольная педагогика: учеб. пособие для студентов вузов. Академ. Проект; Культура, 2005. - 240с.
6. Гилева А.В. Игра и развитие ребенка в дошкольном возрасте: курс лекций.- Соликамск: Изд-во СГПИ, 2007.-76с.

Колесов Владимир Иванович Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, профессор, доктор педагогических наук, кандидат экономических наук, профессор межфакультетской кафедры гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, академик РАН Лужский институт (филиал) Ленинградский государственный университет им. А.С. Пушкина, Санкт-Петербург E-mail: vi_kolesov@mail.ru, тел.8-911-721-52-02.

THE ROLE OF TOURISM IN THE SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF PRESCHOOL CHILDREN

Kolesov Vladimir Ivanovich Honored Worker of the Higher School of the Russia, Professor, Doctor of Pedagogical Sciences, Candidate of Economic Sciences, Professor of the Interfaculty Department of Humanities and Natural Sciences, Academician of the RAE Luga Institute (branch) A.S. Pushkin Leningrad State University, Saint Petersburg E-mail: vi_kolesov@mail.ru-Tel.8-911-721-52-02.

Abstract. *The article examines the role of physical education as the most real comprehensive health-improving tool that has a significant impact on the quality of life of children in modern conditions and the importance of the place of tourism in the system of physical education of preschool age.*

Keywords: *tourism, healthy lifestyle, physical education, motor activity, motor activity.*

References

1. *Abraukhova, V. V. Preschool pedagogy. Upbringing and development of children in preschool / V. V. Abraukhova. – Moscow-Berlin : Direct-Media, 2020. – 117 p.*
2. *Alekseeva, E. E. Psychological problems of preschool children : textbook and workshop for secondary vocational education / E. E. Alekseeva. – 2nd ed., ispr. and add. - Moscow : Yurayt Publishing House, 2021. – 195 p.*
3. *Babinsky Yu.K. Optimization of the learning process: a general didactic aspect. - M., 1977.*
4. *Baranov S.P. The essence of the learning process. - M., 1986*
5. *Bolotina L.R. Preschool pedagogy: studies. a manual for university students. Akadem. Project; Culture, 2005. - 240s.*
6. *Gileva A.V. Game and child development in preschool age: a course of lectures.- Solikamsk: SSPI Publishing House, 2007.-76s.*

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ В РАМКАХ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

Корнукова И.А.

Аннотация. В статье исследуется проблема развития физической активности обучающихся в рамках спортивно-оздоровительного туризма. Рассматриваются формы спортивно-оздоровительного туризма и их влияние на двигательную активность школьников. Приводятся примеры физических качеств обучающихся, обозначается роль спортивно-оздоровительного туризма в их совершенствовании.

Ключевые слова: спортивно-оздоровительный туризм, физическая активность, школьники, развитие.

Древнегреческий писатель Плутарх однажды сказал, что движение – это кладовая жизни. В двадцать первом веке, характеризующемся расцветом информационных технологий и их влиянием на повседневную жизнь человека, возникает проблема снижения двигательной активности населения.

Систематическое использование гаджетов наравне с возрастанием психофизических нагрузок неминуемо приводит к редукции физической деятельности школьников. Физическое воспитание ребенка в ходе учебного процесса обеспечивается уроками физической культуры, но даже они в полной мере неспособны обеспечить норму его двигательной активности. Внеурочная форма занятий физической культурой, включая спортивно-оздоровительный туризм, является основой для формирования и поддержания физического воспитания детей. Именно поэтому проблема развития физической активности обучающихся в рамках спортивно-оздоровительного туризма актуальна в настоящее время.

Спортивно-оздоровительный туризм – это одна из составляющих физического воспитания ребенка. Многие ученые определяют туризм как особый вид деятельности, направленный на удовлетворение различных потребностей школьника. Благодаря реализации этих потребностей с помощью спортивно-оздоровительного туризма решаются различные образовательные задачи. Это формирование умений и навыков здорового образа жизни, развитие духовных и физических качеств, становление всесторонне развитой личности [1].

Говоря о положительном влиянии спортивно-оздоровительного туризма на обучающихся, хочется отметить, что он представляет собой социально-ориентированную область, направленную на реализацию спортивных, учебных, экологических и исследовательских целей.

Спортивно-оздоровительный туризм включает в себя следующие формы: прогулки, слеты, соревнования, походы, экскурсии, путешествия,

экспедиции и др. На развитие физического воспитания учеников в основном ориентированы прогулки, походы, экспедиции.

Такое мероприятие как прогулка может осуществляться школьниками пешком, на велосипедах, лыжах и обеспечивать усиление их двигательной активности, оздоровление организма, сплочение коллектива.

Организованное групповое передвижение – походы, направлено на совершенствование физической составляющей ребенка и познание окружающего мира. Например, подготовительные походы реализуют подготовку обучающихся к длительным физическим нагрузкам посредством обучения режиму походной жизни, владению туристкой экипировкой, устройством ночлега, разведению костра. Развивая таким образом у детей выносливость, силу, ловкость, быстроту.

Разнообразием маршрутов и большей продолжительностью характеризуются собственно туристские и спортивные походы. Они специализируются на усложнение предстоящего пути, условий пребывания, естественных препятствий. Их цель – максимальное развитие двигательной активности детей с поддержанием мышечного тонуса в заданных пределах.

Экспедиции с использованием активных средств передвижения для исследования различного рода объектов позволяют поддерживать мышечный тонус ребенка в необходимых пределах.

Спортивно-оздоровительный туризм позволяет развивать каждому ребенку различные физические качества, которые могут проявляться через двигательные действия. Физические качества неразрывно связаны с задатками человека – физическими способностями и могут взаимовыражать друг друга.

Совершение человеком действий с определенными мышечными усилиями - сила определяется количеством включенных в работу мышц и их сократительными свойствами. Поэтому силовые способности ребенка в туризме можно совершенствовать, применяя упражнения с неопределяемым отягощением, для аккумуляции нервно-мышечного аппарата [2].

Долговременное выполнение одной и той же работы без снижения нагрузки называется выносливостью. Для ее роста в походах, экспедициях, прогулках рекомендовано использовать равномерный непрерывный, переменный непрерывный и интервальные методы.

Первый - базируется на цикличности и позволяет развивать аэробные способности организма ребенка. Второй – представляет собой непрерывные движения с изменением скоростного режима. Третий - это повторное выполнение упражнений несущественной интенсивности [3]. Все вышеперечисленные методы обуславливают увеличение выносливости школьников за счет спортивно-оздоровительного туризма.

Такое качество как быстрота является фундаментальным элементом, обеспечивающим успех обучающихся во многих спортивных играх [4].

Она направлена не только на развитие физического воспитания ребенка, но на обеспечение подвижности процессов ЦНС и воли.

Со всеми упомянутыми физическими качествами, как правило, в комплексе проявляется ловкость. Она представляет собой действия, выполняемые с максимальной точностью силовых и временных показателей. Для развития ловкости в различных формах спортивно-оздоровительного туризма можно применять подвижные и спортивные игры, а также акробатические упражнения.

Из всего вышесказанного следует, что спортивно-оздоровительный туризм обеспечивает стойкое увеличение двигательной активности школьников, развитие физических качеств, формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Неслучайно Ф. Энгельс утверждал, что труд из обезьяны сделал человека. Именно физическая активность способна справиться с надвигающейся гиподинамией населения и «чумой» двадцать первого века – ожирением.

Литература

1. Моргунов, Б.П. Туризм / Б.П. Моргунов. - М.: Просвещение, 2008. – 271 с.
2. Куценко, Г.И. Книга о здоровом образе жизни / Г.И. Куценко, Ю.В. Новиков. - СПб.: Мир, 2007. – 268 с.
3. Курилова, В.И. Туризм: Учеб. пособие для студентов пед. институтов по спец. «Физ. Культура» / В.И. Курилова. - М.: Посвящение, 2008. – 56 с.
4. Буйлин, Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов / Ю.Ф. Буйлин. – М.: Физкультура и спорт, 2010. – 98 с.

Корнукова Ирина Алексеевна, учитель физической культуры, kornukova.75@mail.ru, Россия, Москва, Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы «Школа № 2129» имени Героя Советского Союза П.И. Романова.

DEVELOPMENT OF PHYSICAL ACTIVITY OF SCHOOLCHILDREN IN THE FRAMEWORK OF SPORTS AND HEALTH TOURISM

Kornukova Irina Alekseevna, teacher of physical culture, kornukova.75@mail.ru, Russia, Moscow, State budgetary educational institution of the city of Moscow "School № 2129" named after Hero of the Soviet Union P.I. Romanova.

Abstract. *The article examines the problem of the development of physical activity of students in the framework of sports and health tourism. The forms of sports and health tourism and their influence on the physical activity of schoolchildren are considered. Examples of the physical qualities of students are given, the role of sports and health tourism in their improvement is indicated.*

Keywords: *sports and health tourism, physical activity, schoolchildren, development.*

References

1. Morgunov, B.P. *Turizm* / B.P. Morgunov. - M.: Prosveshchenie, 2008. – 271 s.
2. Kucenko, G.I. *Kniga o zdorovom obraze zhizni* / G.I. Kucenko, Yu.V. Novikov. - SPb.: Mir, 2007. – 268 s.
3. Kurilova, V.I. *Turizm: Ucheb. posobie dlya studentov ped. institutov po specz. «Fiz. Kul'tura»* / V.I. Kurilova. - M.: Posvyashchenie, 2008. – 56 s.
4. Bujlin, Yu.F. *Teoreticheskaya podgotovka yuny`x sportsmenov* / Yu.F. Bujlin. – M.: Fizkul'tura i sport, 2010. – 98 s.

ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ ДЛЯ РАЗВИТИЯ АКТИВНОГО ТУРИЗМА

Порожский К.П.

***Аннотация.** В статье отражены результаты деятельности Свердловской региональной общественной организации «Клуб здоровья «Вита» в области воспитания детей в оздоровительных экспедициях и опыт использования средств президентских грантов для развития туристической и краеведческой деятельности, повышения уровня здоровья и профилактики инфекционных заболеваний.*

***Ключевые слова:** внутренний активный туризм, система естественного оздоровления, профилактика заболеваний коронавирусом, воспитание путём совместной трудовой деятельности, президентские гранты.*

Проблема организации отдыха и воспитания детей в палаточных лагерях возникла более 30 лет назад [1]. К сожалению, она продолжает оставаться актуальной и поныне. Усилиями неравнодушных специалистов и организаций в этом направлении уже есть положительные решения [2]. В последние годы в России существенно повысилось внимание к сфере внутреннего туризма. Это выражается в частности в распоряжении Правительства Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 872-р утверждена концепция федеральной целевой программы "Развитие внутреннего и въездного туризма в Российской Федерации» [3].

В этой программе основное внимание уделяется созданию и совершенствованию так называемых туристских кластеров, что означает сосредоточение на определенной территории предприятий и организаций, интегрированных в одну логистическую схему и занимающихся разработкой, производством, продвижением и продажей туристского продукта, а также деятельностью, смежной с туризмом и рекреационными услугами. Эти кластеры предполагают оказание в первую очередь услуг и способствуют таким образом развитию территорий, за счет реализации этих услуг.

Одним из реализованных путей развития внутреннего туризма в последние годы можно считать туристический кэшбэк. Туристический кэшбэк — государственная программа субсидирования поездок по России, разработанная Федеральным агентством по туризму. При всей привлекательности эта программа плохо реализуется при организации активного и самостоятельного туризма при пребывании туристов в палаточных лагерях и для пеших маршрутов, так как кэшбэк начисляется за оплату туров, круизов и проживания в отелях, и санаториях [4].

Другой мерой поддержки туристической отрасли являются различные гранты [5]. В частности, гранты Ростуризма предусматривают

главным образом развитие туристической инфраструктуры.

На наш взгляд одной из ключевых задач развития внутреннего туризма является не увеличение поступлений в бюджет от туристов-путешественников, а повышение уровня здоровья трудящихся и увеличение в результате их социальной полезности как создателей общественно-полезного продукта. С другой стороны, для гражданина (особенно для семьи) очень важно, чтобы этот отдых был минимально затратным, поэтому не случайно многие туристы стараются заниматься самостоятельным туризмом. Ещё одной важной задачей является воспитание детей совместным трудом в экспедиции.

Именно таким видом деятельности занимается наш клуб здоровья, который с 1997 года организует оздоровительную экспедицию «Заветный берег» на озеро Иткуль (Челябинская область) для семей, ведущих здоровый образ жизни [6]. Окунёмся на минуту в историю организации этой экспедиции. Первоначально клуб организовывал экспедиции в различные регионы нашей страны для небольших групп приверженцев системы Г.С. Шаталовой. Затем, по мере развития нашего клуба, выросло число членов клуба и для них традиционный отдых в отелях стал затруднительным в первую очередь из-за питания. Тогда и возникла идея организовать туры для «своих». Вся работа по организации первой экспедиции легла на добровольцев-активистов, которые сначала нашли место для экспедиции, приобрели необходимое снаряжение и продукты, оповестили своих друзей-единомышленников и выехали первый раз на разведку. Затем начали потихоньку совершенствовать программу этих экспедиций на основе проб и ошибок. В итоге эта экспедиция существует и развивается до сих пор. Причин её долгожительства несколько. Это в первую очередь оздоровительная программа по системе Г.С. Шаталовой, во-вторых это большой полевой опыт геологов - первых организаторов экспедиции, в-третьих – существенный вклад в развитие и становление жизни в лагере специалистов по народной культуре. Однако развитие экспедиции породило ряд новых задач. В частности, в связи с увеличением числа участников экспедиции (1997 год - 200 человек, 2020 году -1200), возникла потребность в развитии материальной, методической и технической базы.

Для этого потребовались дополнительные средства, которых не хватало, поскольку клуб существует на добровольные взносы членов. Поэтому в 2017 году мы решили подать заявку на президентский грант. Первые две заявки не получили поддержки. Это, на наш взгляд, обусловлено отсутствием опыта подачи заявки, соответствующей требованиям программы гранта. Наконец, в 2019 году мы выиграли президентский грант на реализацию проекта «Хочешь быть здоровым? Трудись.». Проект направлен на повышение уровня мотивации подрастающего поколения и их родителей на здоровый образ жизни путём

привития первичных трудовых навыков. Мы считаем, что успешность в творческом труде должна быть главным стимулом к здоровому образу жизни. В традиционной культуре именно трудовая самореализация является главным поводом для поддержания здоровья. Поэтому обретение и поддержание здоровья – не самоцель, а основное условие активной трудовой деятельности [6]. С другой стороны, радостный, плодотворный труд является одним из главных средств обретения здоровья. («Работа, которую мы делаем охотно, исцеляет боли» - У. Шекспир). Опыт работы клуба в предшествующие годы показал, что самый эффективный путь решения задачи оздоровления - это сочетание активного отдыха и занятий по привитию трудовых навыков. Необходимость семейной совместной деятельности обусловлена самой спецификой палаточного лагеря и его традициями, где всё делается сообща и каждый может внести свой вклад. Здесь происходит обмен внутрисемейным опытом воспитания здоровых детей. В итоге появилась необходимость совершенствования системы оздоровления в лагере путём оснащения его новым оборудованием и привлечения к процессу воспитания опытных мастеров-ремесленников. Это позволило совместить семейный отдых, оздоровление и формирование у детей первичных трудовых (ремесленных) и социально-поведенческих навыков, необходимых для ведения в дальнейшем самостоятельной хозяйственной деятельности.

Этот проект был выполнен успешно, несмотря на то, что в самом начале работ по программе гранта началась пандемия коронавируса и выполнение его оказалось под угрозой. Тем не менее, всё получилось лучше, чем мы предполагали. Если в 2019 году в экспедиции побывали около 700 человек, то в 2020 (год выполнения гранта) в экспедиции приняли участие более 1200 человек взрослых и детей. Мы успешно провели все мероприятия, сумели существенно улучшить материальную базу клуба. В частности, построили два новых судна, приобрели туристическое снаряжение, оборудование для оснащения 12 мастерских, компьютер, звуковую аппаратуру для проведения праздников. Но самым главным итогом выполнения нашей программы был факт отсутствия среди участников лиц, заболевших новой коронавирусной инфекцией, несмотря на то, что участники всё время находились в очень тесном контакте во время проведения массовых мероприятий [7].

Этот факт явился поводом для анализа причин, повлиявших на такой положительный исход, и основой для составления заявки на следующий грант. Главной причиной отсутствия заболеваний коронавирусом, по нашему мнению, явилось влияние благотворной природной среды и благоприятный психоэмоциональный климат экспедиции, где взрослые и дети живут одной дружной семьёй. Поэтому новый проект мы назвали «К природе за здоровьем». Под природой мы понимали не только саму природную среду, но и творческую, созидющую

природу Человека, опирающегося на глубинные корни традиции. Цель этого проекта — создать условия для профилактики инфекционных заболеваний и коронавируса на основе методов естественного оздоровления в природной среде. Это хорошо согласуется с основным постулатом, положенным в основу Системы Естественного Оздоровления (СЕО) Г.С. Шаталовой - организм человека является саморегулирующейся, самовосстанавливающейся и даже самосовершенствующейся системой, поэтому наша главная цель вернуть Человека в естественные, установленные для него природой, условия существования. Основной задачей проекта явились создание таких условий и выборочные исследование состояния здоровья участников оздоровительных мероприятий с целью оценки эффективности методик оздоровления в естественной природной среде для профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний.

Особо следует отметить влияние естественной природной среды на нравственное воспитание детей. «Я вынес из впечатлений моей жизни глубокое убеждение, что прекрасный ландшафт имеет огромное воспитательное влияние на развитие молодой души, — утверждал К. Ушинский, — несколько часов среди простора полей и лесов стоят больше, чем недели за партой» [8].

В ходе проведения исследований с помощью комплекса методов были определены следующие количественные показатели уровня здоровья: Адаптационный Потенциал (метод РОФЭС диагностики), уровень углекислого газа в выдыхаемом воздухе (с помощью капнографа), а также pH содержимого толстого кишечника. Измерения проводились в группе риска по заболеванию коронавирусом в начале и в конце оздоровительных мероприятий (например, одна неделя в экспедиции). Для сравнения эксперимент проводился в экспедиции и на базе отдыха при одном и том же вегетарианском питании.

В результате проведённых исследований установлено повышение Адаптационного Потенциала на 20 и 64 %, уровня углекислого газа в выдыхаемом воздухе на 4 и 10 %, в толстом кишечнике у всех испытуемых сформировалась кислая среда (первая цифра относится к эксперименту на базе отдыха, вторая — в экспедиции). Нами установлено, что в условиях экспедиции результаты были существенно выше, чем в условиях базы отдыха. Таким образом, доказано первостепенное влияние естественной природной среды на состояние здоровья испытуемых. К каким же выводам мы пришли, выполняя программы президентских грантов? Во-первых, мы убедились в эффективности применяемых нами методов оздоровления и организации жизнедеятельности в экспедиции. Во-вторых, в ходе составления заявки на грант и при подготовке отчёта удалось более глубоко понять смысл нашей работы, оценить её значение для участников наших мероприятий, а также повысить уровень исполнительской

дисциплины в коллективе. Мы отметили, что сама структура заявки и её обоснование полезны для систематизации и обобщения имеющегося опыта, это способствует концентрации усилий на эффективной реализации намеченных задач. В ходе выполнения проекта нам удалось не только ознакомиться с опытом решения подобных задач в других организациях, но и провести несколько совместных мероприятий, что способствует консолидации усилий и обмену опытом для повышения качества работы. Это привело к увеличению количества участников наших мероприятий и снижению затрат на их проведение за счёт волонтёрской деятельности. Опыт мы распространили среди специалистов по туризму - участников наших конференций, по результатам выполнения гранта

Таким образом, президентские гранты являются действенным рычагом творческой самореализации общественных организаций. В нашем случае они внесли весомый вклад в развитие самостоятельного активного туризма в Уральском регионе.

Литература

1. Дрогов И. А., Смирнов Д. В. Проблемы организации оздоровления детей и подростков средствами активного отдыха и туризма // Теория и практика физической культуры. 2002. № 11. С. 56.
2. Дрогов И.А. Об активном детско-юношеском туризме на современном этапе. <https://tour-vestnik.ru/drogov-i-a-ob-aktivnom-detsko-yunosheskom-turizme-na-sovremennom-etape>.
3. Концепция федеральной целевой программы "Развитие внутреннего и въездного туризма в Российской Федерации (2019 - 2025 годы)". Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 872-р
4. Туристический кэшбэк
<https://www.banki.ru/news/daytheme/?id=10970573>
5. Конкурс на грантовую поддержку проектов, направленных на развитие внутреннего туризма 2022 г. <https://grant.tourism.gov.ru>
6. К. П. Порожский А. Г. Гаренских Д. В. Смирнов Социореализация, воспитание, развитие и оздоровление подрастающего поколения в гармонии с природой. В научно-практическом журнале. «Педагогическое искусство», №2, 2020 г. Киров, с. 74-92.
7. К. П. Порожский А.И. Щинов Активный туризм как средство профилактики заболеваний коронавирусом. Научно методический журнал «Вестник МАДЮТК», №2, 2020, с. 55-62
8. К.Д. Ушинский Собрание сочинений. Том 11. Материалы биографические и библиографические. Изд-во АПН РСФСР, 1952 г.

Порожский Константин Павлович – канд. техн. наук, доцент, профессор Уральского государственного горного университета, председатель Свердловской

региональной общественной организации., «Клуб здоровья «Вита», Россия, Екатеринбург, e-mail: pkp13@ mail.ru.

EXPERIENCE OF USING PRESIDENTIAL GRANTS FOR THE DEVELOPMENT OF ACTIVE TOURISM

Porozhsky Konstantin Pavlovich – Cand. techn. Ph.D., Associate Professor, Professor of the Ural State Mining University, Chairman of the Sverdlovsk Regional Public Organization., "Health Club "Vita", Russia, Yekaterinburg, e-mail: pkp13@ mail.ru.

Abstract. *The article reflects the results of the activities of the Sverdlovsk regional public organization "Health Club "Vita" in the field of raising children in health expeditions and the experience of using presidential grants for the development of tourism and local history activities, improving the level of health and preventing infectious diseases.*

Keywords: *domestic active tourism, natural health improvement system, prevention of coronavirus diseases, education through joint labor activity, presidential grants.*

References

1. Drogov I. A., Smirnov D. V. Problems of organizing the rehabilitation of children and adolescents by means of active recreation and tourism // *Theory and practice of physical culture*. 2002. № 11. p. 56.
2. Drogov I.A. On active children's and youth tourism at the present stage. <https://tour-vestnik.ru/drogov-i-a-ob-aktivnom-detsko-yunosheskom-turizme-na-sovremennom-etape>.
3. Concept of the federal target program "Development of domestic and inbound tourism in the Russia (2019 - 2025)". Approved by the Decree of the Government of the Russia dated May 5, 2018 No. 872-r Tourist Cashback <https://www.banki.ru/news/daytheme/?id=10970573> Competition for Grant Support of Projects Aimed at the Development of
4. Tourist cashback <https://www.banki.ru/news/daytheme/?id=10970573>
5. Competition for grant support of projects aimed at the development of domestic tourism in 2022 <https://grant.tourism.gov.ru>.
6. K. P. Porozhsky A. G. Garenskih D. V. Smirnov Sociorealization, education, development and rehabilitation of the younger generation in harmony with nature. In a scientific and practical journal. "Pedagogical Art", No. 2, 2020 Kirov, pp. 74-92.
7. K. P. Porozhsky A. I. Shchinov Active tourism as a means of preventing coronavirus diseases. Scientific methodical journal "Bulletin OF MADYUTK", No. 2, 2020, pp. 55-62.
8. K.D. Ushinsky *Sobranie sochinenii*. Volume 11. Biographical and bibliographic materials. Izd-vo APN RSFSR, 1952 g.

ФИЗИЧЕСКОЕ И ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЕ РАЗВИТИЕ СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

Рубис Л.Г.

***Аннотация.** Развитие детей и молодежи средствами физических занятий, спортивным туризмом, различными видами спорта. Как много об этом говорят, пишут и разбирают подробно все средства и методы для достижения цели успешной подготовки здоровых и умных ребят к дальнейшей активной деятельности и жизни каждого индивида.*

***Ключевые слова:** студент, спортивно-оздоровительный туризм, задачи, средства, культура, воспитание.*

Введение. Вопросы по развитию детей и молодежи, их воспитанию средствами физической культуры есть и остаются еще много. Жизнь диктует новые и новые нормы и правила развития и совершенствования условий воспитания молодежи. Каждый педагог, воспитатель, ученый старается приобрести личный опыт и спешит поделиться положительными результатами. Являясь специалистом в области педагогики спортивного туризма, непременно делюсь своими разработками и опытом, воспитывая молодежь.

Основная часть. Мои замечательные студенты Института дизайна костюма, которые с 1 по 3 курсы живут со мной совместными идеями и действиями по официальному предмету – физическая культура. За эти три года с каждым студентом, мы живем большой дружной семьей, помогая друг другу. На первом курсе идет интенсивное знакомство и выяснение пожеланий. Знать желание каждого и ожидания их от вуза, моя главная задача. Поскольку все студенты, из которых 95% девушки, увлечены искусством рисования и различных художеств, к спорту отношение прохладное. Многие освобождались в школьные годы от физической культуры. Те, кто занимался немного, в основном, чтобы следить за фигурой. Поэтому, когда я предложила заниматься спортивно-оздоровительным туризмом, некоторые так и решили, что мы будем ездить на чем-то по различным историческим местам.

Но первый выезд первокурсников состоялся уже вначале сентября на речку Оредеж Ленинградской области, где проходил чемпионат Санкт-Петербурга среди студентов по водному туризму. И без помощи моих студентов старшекурсников, было бы гораздо сложнее увидеть первокурсникам всю прелесть туристской студенческой жизни в лесной зоне, в этой живописной неформальной обстановке общения, любви к природе и спортивному туризму.

В планах вуза предмета физической культуры, нет лекционных занятий, что считаю большим пробелом в системе воспитания средствами физической культуры [2]. Поэтому несколько занятий посвящаю лекциям. Рассказываю, что Физическая культура - это особая и самостоятельная область культуры. Исторический подход позволяет выявить генетические связи физической культуры в элемент системы «культура», а в процессе исторического развития – и в самостоятельную систему с соответствующей ей атрибутикой. Древнейшим ее компонентом является физическое воспитание, которое возникло еще в первобытном обществе; позднее возникают спорт и физическая культура. Физическая культура возникла и развивалась одновременно с общей культурой человека. Для нормальной жизнедеятельности студента необходимы здоровье, физическая сила, выносливость, активная двигательная деятельность, развитие двигательных навыков и умений, физиологических и психологических функций организма.

Самое главное, на что обращаю внимание - это задачи, с помощью которых можно достичь больших результатов не только в спорте. В сфере физической культуры и ее средствами достаточно полно решаются основные эстетические задачи: умение понимать прекрасное в природе и обществе в материальном и духовном воплощении; желание создавать прекрасное; умение передавать его в условных формах. Нельзя физическую культуру сводить только к оздоровительному ее влиянию, к укреплению организма – это было бы упрощением. Это значит - не видеть ее одухотворяющей роли как источника творческих сил бодрого, жизнерадостного ощущения.

Чтобы ближе узнать и понять своих студентов-первокурсников, предлагаю каждому написать рассказ (сочинение), где отразить некоторые вопросы: занимался ли физической культурой, что ожидаете от университета, как рассматриваете свое будущее. Этот опрос наиболее быстро соединяет наши желания, на которые каждый студент получает из моих лекций и бесед с ними, четкий план на будущее. После таких доверительных откровений все записывается на занятия спортивно-оздоровительным туризмом.

Выясняется, в процессе знакомства, что все хотят быть успешными специалистами и быть красивыми! Затем, читаю лекцию по медицине и привожу убедительные примеры великого физиолога Павлова, который уверенно утверждает, что «каждый орган человека имеет мышцы, которые если не работают, то орган этот отмирает».

Воспитание - это процесс целенаправленного, организованного взаимодействия всех его участников – студентов и меня, как руководителя, обеспечивающий их гармоничное развитие и эффективное решение социально значимых задач. А средства воспитания - это все то, с помощью чего преподаватель воздействует на занимающихся [3].

Конечно, стараюсь использовать все средства, которые помогают привлечь студентов к спортивно-оздоровительному туризму. Обязательно рассказываю о своих достижениях и успехах, чтобы они смогли поверить, что при желании можно добиться многого: быть успешной, быть красивой, достичь то, к чему стремитесь. А спортивный туризм обязательно приведет к внутренней дисциплинированности, к уважению товарищей, к доброте к людям и любви к природе, к физической стройности и красоте движений. И еще, спортивный туризм развивает и совершенствует необходимые человеку физические качества – выносливость, быстроту, силу различных групп мышц, ловкость. Спортивный туризм помогает воспитанию и совершенствованию личностных качеств студента. Занятия по расписанию проходят в каждой группе 1 раз в неделю.

Но дополнительно, каждое воскресенье все желающие едут по заранее запланированному маршруту за город или в городские парки, где занимаемся обучением спортивному ориентированию, преодолению завалов, крутых спусков, подъемов, бездорожья. Учимся разведению костров в любую погоду и приготовления пищи на костре. К нам часто присоединяется секция спортивного туризма, которая также в моем расписании занятий, которая безусловно помогает руководителю в области организации и объединения большого количества студентов в один дружный союз. Секция работает по вечерам дважды в неделю в спортивном зале на Звездной, 7. Но студенты с оздоровительных учебных групп также помогают спортсменам-туристам: поддерживают на соревнованиях, которых в течении учебного года проходят очень много. Ребята активные и мы стараемся не пропускать чемпионаты по горному, лыжному, водному, пешеходному туризму. И еще по скалолазанию, спортивному ориентированию, северной (скандинавской) ходьбе. Мы являемся активными участниками больших массовых Российских соревнований, таких, как «Российский Азимут». «Лыжня России» и многих районных массовых соревнований. Таким образом, повышая спортивную активность, студенты активно участвуют в жизни университета, и в городских мероприятиях. В октябре этого года прошел Международный фестиваль моды, искусства и дизайна «Адмиралтейская игла» и все мои замечательные туристки были в составе организаторов и волонтеров этого мероприятия.

Выводы.

Да, конечно, правильно утверждают, что от педагога зависит успех воспитанников. А для этого необходимо всех своих студентов любить и жить их проблемами. И тогда можно увлечь молодежь в любое занятие и спорт, который любит сам педагог. Достаточно сказать, что ежегодно из состава выпускников ИДК, хотя бы один из них, как лучший студент года, производит почетный выстрел из пушки на Петропавловской крепости [1].

Литература

1. Аксенова А.А., Рубис Л.Г. Физическая активность и успеваемость студентов//. Сборник Всеросс. научн. конф. молодых ученых «Инновации молодежной науки» 20-24.04.2020. Вестник молодых ученых СПбГУПТД № 1 2020, С. 287-291.

2. Рассыхаева Д.Д., Рубис Л.Г. Обсуждаемые аспекты учебных занятий по физической культуре//. П Международный Молодежный сборник научных статей «Молодежь в науке: новые аргументы» 2018. - С. 229-236 – Липецк.

3. Рубис Л.Г. Роль физической культуры в воспитании студентов // Сборник материалов VIII Международной научно-практической конференции «Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов», стр. 102, Казань, 23-24 сентября 2022 года.

Рубис Людмила Григорьевна – к.п.н., профессор, профессор кафедры физического воспитания, rubisspb@mail.ru, Россия, Санкт-Петербург, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный университет промышленных технологий и дизайна (СПбГУПТД)».

PHYSICAL AND SPIRITUAL AND MORAL DEVELOPMENT OF STUDENTS BY MEANS OF SPORTS AND HEALTH TOURISM

Rubis Lyudmila Grigorievna - PhD, Professor, Professor of the Department of Physical Education, rubisspb@mail.ru, Russia, Saint Petersburg, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Saint Petersburg State University of Industrial Technologies and Design (SPbGUPTD)".

Abstract. *Development of children and youth by means of physical activities, sports tourism, various sports. How much they talk about it, write and analyze in detail all the details, means and methods to achieve the goal of successfully preparing healthy and intelligent children for further active activity and life of each individual.*

Keywords: *student, sports and health tourism, tasks, means, culture, education.*

References

1. Aksenova A.A., Rubis L.G. Fizicheskaya aktivnost' i uspevaemost' studentov//. Sbornik Vseross. nauchn. konf. molodyh uchenykh «Innovacii molodezhnoj nauki» 20-24.04.2020. Vestnik molodyh uchenykh SPbGUPTD № 1 2020, S. 287-291.

2. Rassyhaeva D.D., Rubis L.G. Obsuzhdaemye aspekty uchebnyh zanyatij po fizicheskoy kul'ture//. P Mezhdunarodnyj Molodezhnyj sbornik nauchnyh statej «Molodezh' v nauke: novye argumenty» 2018.- S. 229-236 – Lipeck.

3. Rubis L.G. Rol' fizicheskoy kul'tury v vospitanii studentov // Sbornik materialov VIII Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii «Fizicheskoe vospitanie i studencheskij sport glazami studentov», str. 102, Kazan', 23-24 sentyabrya 2022 goda.

ПОВЫШЕНИЕ МОРФО-ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ШКОЛЬНИКОВ 13-15 ЛЕТ НА РЕКРЕАЦИОННО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ ПО ТУРИЗМУ

Сираковская Я.В., Ильичева О.В.

***Аннотация.** В статье представлено исследование, посвященное разработке содержания и методика организации рекреационно-оздоровительных занятий по туризму, направленных на повышение морфо-функционального состояния учащихся 13-15 лет, которая была реализована на базе школы в рамках секционной работы. От внедрения экспериментальной методики получен положительный эффект, выраженный в улучшении параметров дыхательной и сердечно-сосудистой систем.*

***Ключевые слова:** морфо-функциональное состояние, школьники 13-15 лет, рекреационно-оздоровительные занятия по туризму.*

Введение. Наилучшим средством совершенствования энергопотенциала организма являются аэробные физические упражнения. Сегодня с этой целью используется много разновидностей физических упражнений (бег, ходьба, плавание, ходьба на лыжах, езда на велосипеде, гребля степ - и акваэробика тому подобное) [3]. Однако, остается вне поля зрения оздоровительно-спортивный туризм (пеший, лыжный, велосипедный), который можно с уверенностью рассматривать как специализированное средство развития аэробных возможностей организма [1, 2].

Таким образом, актуальность темы настоящего исследования обусловлена объективными потребностями использования рекреационно-оздоровительной деятельности школьников на основе активного туризма, необходимостью ее совершенствования в связи с внедрением во внеурочную деятельность методологических, дидактических и методических разработок, отвечающих современным требованиям педагогической науки и практики.

Основные результаты исследования. Система развития двигательных способностей школьников средних классов предполагает физическое, интеллектуальное, эстетическое развитие (рисунок 1).

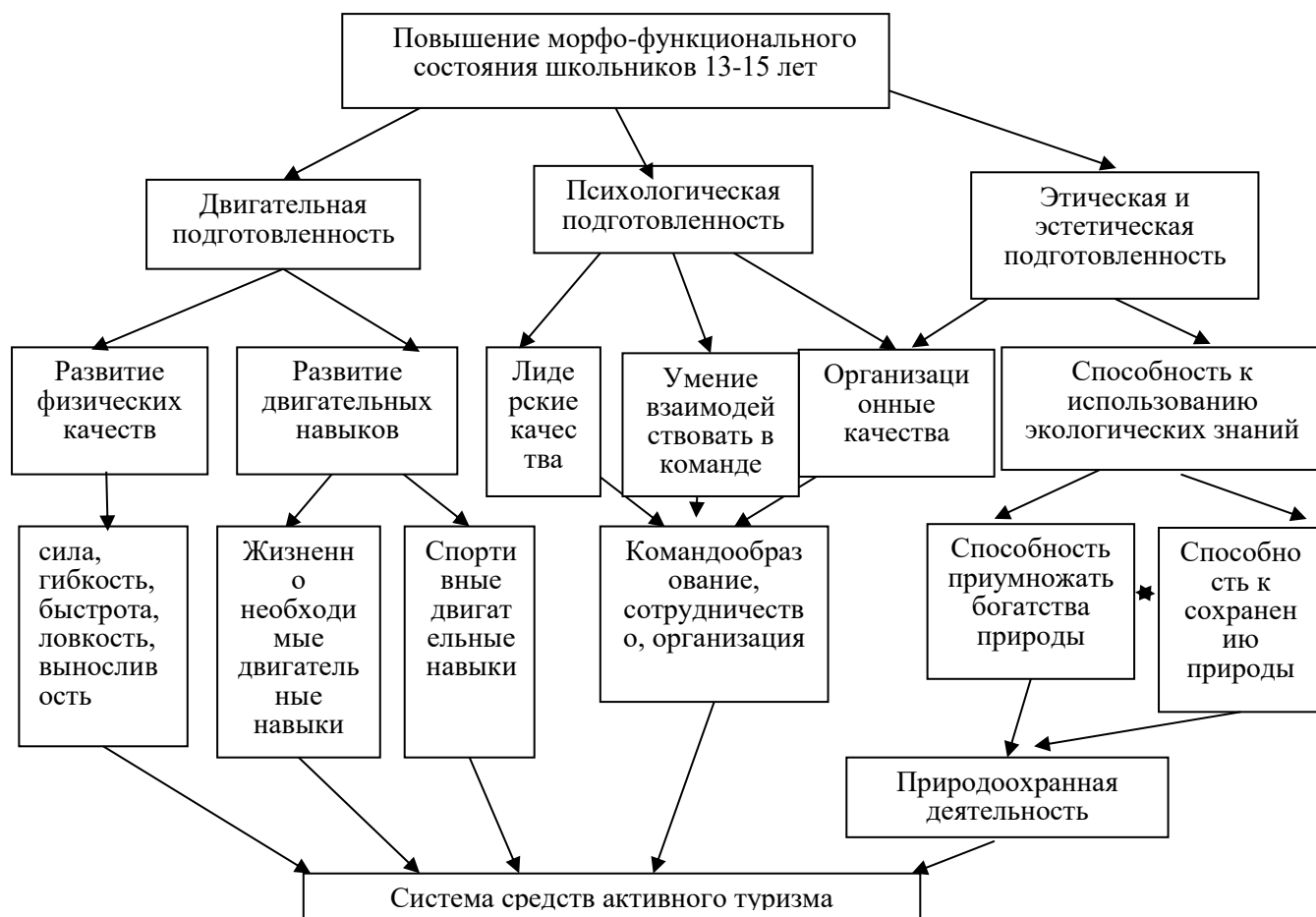


Рисунок 1 – Повышение морфо-функционального состояния школьников 13-15 лет средствами активного туризма

Для морфо-функционального состояния школьников 13-15 лет было разработано содержание и методика организации рекреационно-оздоровительных занятий по туризму, направленных на повышение физического состояния учащихся, которая была реализована на базе школы в рамках секционной работы.

Рекреационно-оздоровительные занятия по туризму со школьниками 13-15 лет проводились 3 раза в неделю по 1,5 часа, кроме того, нами были дополнительно отведены часы на проведение походов, путешествий, экскурсий и участие в соревнованиях по различным видам туризма.

Модуль оздоровительно-рекреационной работы «Туристское многоборье» предусматривал комплексный подход к организации работы со школьниками 13-15 в рамках внешкольной деятельности для усвоения отдельных видов туризма в течение одного года обучения на основе формирования соответствующих компетентностей личности в процессе усвоения базовых знаний по различным видам туризма и краеведения: познавательная компетентность: раскрыть умение наблюдать за

окружающей средой; осуществить ознакомление с памятниками истории и культуры, рекреационными и экологическими зонами; формировать личностное восприятие исследованного материала; развить стремление к самосовершенствованию и расширению собственного кругозора; практическая компетентность: научить пользоваться туристским снаряжением и оборудованием; раскрыть умение ориентироваться на местности с помощью карты и компаса, разрабатывать и проходить туристские маршруты; усвоить основные навыки начальной туристической подготовки (умение устанавливать палатку, разжигать костер в различных погодных условиях, готовить блюда в походных условиях на костре, преодолевать элементарные имитированные естественные препятствия); ознакомить с основными правилами техники безопасности и гигиены туриста в туристских путешествиях и во время соревнований; получить навыки оказания неотложной помощи во время получения острых травм или возникновения неотложных состояний в туристских путешествиях; изучить основные нормы и требования по дозированию физических нагрузок и ознакомить с методами контроля и субъективными и объективными признаками влияния физических нагрузок на организм человека; творческая компетентность: приобретение опыта по составлению описания маршрута похода; раскрытие умений по организации, проведению и активному участию в различных туристских мероприятиях (походы, экскурсии, экспедиции, акции, поисковая, спасательная и исследовательская работа, флеш-мобы, демонстрации, тренировочные занятия, развлекательные занятия, соревнования); социальная компетентность: раскрыть способность к сотрудничеству; развить социальную активность; привить культуру общения, сознательное отношение к собственной безопасности и безопасности окружающих людей, окружающей среды; поддержать стремление к сохранению и приумножению культуры, обычаев, традиций народа; формирование положительных качеств эмоционально-волевой сферы (самостоятельность, доброжелательность, коллективизм, трудолюбие, инициативность, ответственность и прочее).

Содержание тематических блоков представлено в таблице 1.

Таблица 1 – Тематический план распределения часов по разделам определенных блоков модуля оздоровительно-рекреационной работы «Туристское многоборье»

№ п/п	Тематические блоки	Количество часов			
		Все го	Теоретических	Практических	
				в помещении	на местности
1	Блок «Краеведение»	10	3	4	3
2	Блок «Основы топографии и ориентирования»	15	2	5	8
3	Блок «Туристская подготовка»	30	4	6	20
4	Блок «Пешеходный туризм»	30	4	6	20
5	Блок «Лыжный туризм»	30	3	3	24
6	Блок «Экологический туризм»	30	4	4	22
Всего часов для занятий на год		145	20	28	97
Дополнительно часы для проведения походов, путешествий, экскурсий и участие в соревнованиях по различным видам туризма		144	-	-	144
Общее количество часов		289	20	28	241

Эффективность применения предложенного содержания и методики рекреационно-оздоровительных занятий по туризму на основе модуля «Туристское многоборье» определялась в соответствии с рекомендованными критериями определения параметров физического состояния.

Анализ морфо - функционального состояния юношей 13-15 лет, уровня их физической подготовленности в конце педагогического эксперимента указывает на положительную динамику значительного количества показателей. Результаты представлены в таблице 2.

Анализ показателей сердечно-сосудистой системы у ребят на конец педагогического эксперимента указывает на положительные изменения показателя ЧСС в состоянии покоя: показатель уменьшился на 6,2 уд/мин, что составляет 7,8 % и указывает на статистически значимую разницу ($p < 0,05$).

Рекреационно-оздоровительные занятия по туризму положительно повлияли на дыхательный аппарат юношей. Наблюдается значительное улучшение показателей ЖЕЛ, пробы Генча и Штанге. Показатель ЖЕЛ увеличился на 278,9 мл, что составляет 8,9 % ($p < 0,05$), показатель пробы Штанге на 3,5 с что составляет 7,8 % ($p < 0,05$), показатель пробы Генча на 1,9 с что составляет 7,9 % ($p < 0,05$).

Таблица 2 – Изменение морфо-функциональных показателей юношей 13-15 лет в начале и в конце педагогического эксперимента, $\bar{X} \pm \sigma$

Показатели	До эксперимента	После эксперимента	Прирост, %	p
Юноши, n=16				
ДТ, см	175,8±7,6	177,8±7,8	1,1	>0,05
МТ, кг	64,4±10	66,2±8,7	2,7	>0,05
Динамометрия правой кисти, кг	33,9±7,1	35±9	3,1	>0,05
Динамометрия левой кисти, кг	28,6±9,2	29,6±8,4	3,1	>0,05
ЧСС в покое, уд/мин	85,7±4,4	79,5±2,8	7,8	<0,05
АДсист, мм.рт.ст	113,0±8	117,5±6,3	3,1	>0,05
АДдиаст, мм.рт.ст	72±6,2	70,4±5,7	2,3	>0,05
ЖЕЛ, мл	2862±593	3141±408,5	8,9	<0,05
Проба Штанге, с	41,1±14,5	44,6±6,5	7,8	<0,05
Проба Генчи, с	22,2±10,4	24,1±2,5	7,9	<0,05
Индекс Руфье ус.ед.	12,5±1,7	9±0,9	38,9	<0,01
ЖИ, мл/кг	45,2±8,2	56,3±6,7	19,7	<0,01
СИ, %	51,6±11	52,5±10,7	0,9	>0,05

У девушек на конец педагогического эксперимента наблюдается увеличение показателя ЖЕЛ на 270,6 мл, что составляет 9,7 % ($p < 0,05$), показатель пробы Штанге увеличился на 3,9 с, что составляет 9,8 % ($p < 0,05$), а показатель пробы Генча на 3,3 с, что составляет 12,3 % ($p < 0,05$). Среднестатистический показатель жизненного индекса (ЖИ) у ребят увеличился на 11,1 мл/кг, что составляет 19,7 % ($p < 0,01$), показатель силового индекса (СИ) - на 0,9 % ($p > 0,05$), показатель индекса Руфье улучшился на 3,5 ус.ед., что составляет 38,9 % ($p < 0,01$). Анализ среднестатистических показателей индекса Руфье у юношей 13-15 лет на конец педагогического эксперимента свидетельствует, что реакция сердечно-сосудистой системы на динамическую нагрузку соответствует среднему уровню физической работоспособности.

Выводы. Эффективность разработанных подходов к организационно-методическому обеспечению характеризуется повышением объема специально организованной двигательной активности школьников, улучшением показателей их морфо-функционального состояния. Так, на конец педагогического эксперимента у школьников 13-15 лет наблюдается положительная динамика параметров сердечно-сосудистой и дыхательной систем, физической работоспособности.

Литература

1. Кузьмин, В.Г. Спортивно-оздоровительный туризм в системе физического воспитания / В.Г. Кузьмин, А.С. Сиразеева // Культура физическая и здоровье. - 2014. - № 2 (49). - С. 97-98.
2. Сираковская, Я.В. Развитие двигательных и умственных способностей детей младшего школьного возраста на внеурочных занятиях по туризму / Я.В. Сираковская, К.В. Рожков // В сборнике: Восемнадцатая всероссийская студенческая научно-практическая конференция Нижневартовского государственного университета Статьи докладов. ответственный редактор А.В. Коричко. - 2016. - С. 1654-1656.
3. Яшина, О.О. Совершенствование оздоровительно-рекреационной деятельности школьников / О.О. Яшина // В сборнике: Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта, туризма: Материалы VII Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов с международным участием. В 3-х томах. Под общей редакцией Ф.Р. Зотовой. - 2019. - С. 470-471.

Сираковская Я.В., кандидат педагогических наук, доцент кафедры адаптивной физической культуры и спортивной медицины, Московская государственная академия физической культуры, Россия, Малаховка.

Ильичева О.В., кандидат биологических наук, доцент кафедры адаптивной физической культуры и спортивной медицины, Московская государственная академия физической культуры, Россия, Малаховка.

IMPROVING THE MORPHO-FUNCTIONAL STATE OF SCHOOLCHILDREN AGED 13-15 AT RECREATIONAL AND RECREATIONAL TOURISM CLASSES

Sirakovskaya Ya.V., Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Adaptive Physical Culture and Sports Medicine, Moscow State Academy of Physical Culture, Russia, Malakhovka.

Ilyicheva O.V., Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Adaptive Physical Culture and Sports Medicine, Moscow State Academy of Physical Culture, Russia, Malakhovka.

Abstract. *The article presents a study devoted to the development of the content and methods of organizing recreational and recreational tourism classes aimed at improving the morpho-functional state of students aged 13-15 years, which was implemented on the basis of the school as part of sectional work. A positive effect was obtained from the introduction of the experimental technique, expressed in improving the parameters of the respiratory and cardiovascular systems.*

Keywords: *morpho-functional state, schoolchildren aged 13-15, recreational and recreational tourism classes.*

References

1. Kuzmin, V.G. Sports and health tourism in the system of physical education / V.G. Kuzmin, A.S. Sirazeeva // Physical culture and health. - 2014. - № 2 (49). - Pp. 97-98.

2. *Sirakovskaya, Ya.V. Development of motor and mental abilities of primary school children in extracurricular tourism classes / Ya.V. Sirakovskaya, K.V. Rozhkov // In the collection: The Eighteenth All-Russian Student Scientific and Practical Conference of Nizhnevartovsk State University Articles of reports. Responsible editor A.V. Korichko. - 2016. - pp. 1654-1656.*

3. *Yashina, O.O. Improvement of health and recreational activities of schoolchildren / O.O. Yashina // In the collection: Actual problems of theory and practice of physical culture, sports, tourism: Materials of the VII All-Russian Scientific and Practical Conference of young scientists, postgraduates, undergraduates and students with international participation. In 3 volumes. Under the general editorship of F.R. Zotova. - 2019. - pp. 470-471.*

СРЕДСТВА И ФОРМЫ ПУТЕШЕСТВИЙ, ПОХОДОВ И ЭКСПЕДИЦИЙ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО И ДУХОВНО- ПРАВСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

УДК 796.51

ОТНОШЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ К УЧАСТИЮ ДЕТЕЙ В ПРОЕКТЕ «300 ПВД» ГБУ «ЛАБОРАТОРИЯ ПУТЕШЕСТВИЙ»

Головина Н.С., Петрачева И.В.

***Аннотация.** В статье дана характеристика проекта «300 ПВД», проводимый ГБУ «Лаборатория путешествий». Доказана эффективность его в отношении развития спортивно-оздоровительного и детско-юношеского туризма в общеобразовательных учреждениях города Москвы. Выявлено отношение родителей к походам выходного дня в работе с детьми и приобщению их к активному туризму и пропаганде здорового образа жизни среди учащихся.*

***Ключевые слова:** спортивно-оздоровительный туризм, походы выходного дня, отношение родителей.*

На современном этапе развития образования наблюдается изменения его содержания, а также воспитания в условиях нарастания неопределенности и высокой скорости изменения социально-экономической среды. Существует необходимость нивелирования негативного воздействия пандемии и формирования необходимых условий для интенсивного развития сферы спортивно-оздоровительного туризма. Вовлечение детей в занятия оздоровительным туризмом это принципиальная задача, которая должна решаться по направлениям образования и соответственно, специалистами в области теории и практики спортивно-оздоровительного туризма должны быть разработаны и реализованы технологии, которые способствовали бы решению поставленных задач [1,3]. В настоящее время проект «300 ПВД», проводимый ГБУ «Лаборатория путешествий» эффективен в отношении развития спортивно-оздоровительного и детско-юношеского туризма в общеобразовательных учреждениях города Москвы способствует популяризации практики использования похода выходного дня в работе с детьми и приобщению педагогов и обучающихся к культуре активного туризма, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся [2,4].

Цель исследования – определить влияние участия школьников в походах на отношения родителей к спортивно-оздоровительному туризму в общеобразовательных учреждениях города Москвы реализации проекта «300 ПВД» ГБУ «Лаборатория путешествий».

Использовались методы исследования: анализ литературных источников и документов, анкетирование (n=46) и методы математической

статистики.

В анкетировании приняли участие родители пяти школ города, и каждый респондент дал ответы на 10 вопросов, касающихся участия их детей в походах выходного дня. Респондентам предлагалось оценить степень выраженности затруднений по шкале от 1 до 5, где 1 – сложностей нет, 2 – незначительное затруднение, 3 – средняя степень, 4 – сложно, 5 – практически непреодолимо, нужна помощь. Среди родителей сложности с туристским снаряжением испытывали очень высокий уровень 6,7%, высокий уровень 13,3%, средний уровень 46,6 % респондентов. У 13,4% родителей появились сомнения в выносливости ребенка на высоком и 26,6% респондентов на среднем уровне. Сложности с соблюдением рекомендаций по экипировке у 6,7% респондентов на высоком и 26,6% на среднем уровне выраженности. У 20% респондентов на среднем уровне родителей возникло непонимание целесообразности участия ребенка в ПВД. Таким образом, при подготовке к походам особое внимание следует уделить мнению родителей относительно вышеперечисленных факторов.

Представляется важным, что 93,3% респондентов отмечает отсутствие или незначительность финансовых затруднений, что позволяет рассмотреть вопрос аренды недостающего снаряжения. Основная часть родителей доверяет преподавателям и инструкторам, готова прислушиваться к их мнению, доверять жизнь и здоровье детей, но не готова полностью отпускать детей в незнакомую ситуацию. Зачастую дополнительные личные и групповые беседы преподавателей и инструкторов с родителями позволяют развеять их неуверенность, а порой и тревогу по поводу выносливости детей, отсутствия или недостаточности, качества туристского снаряжения, оптимальности раскладки питания. В ответах на вопрос «Удалось ли разрешить возникшие затруднения до момента начала похода» и «Что именно не удалось разрешить?» полностью 20% и основную часть 66%. Несоответствие одежды погоде (13,4%) и родителям пришлось исправлять ситуацию в процессе прохождения ПВД.

По итогам прохождения маршрута, родителям было предложено рассмотреть и оценить эмоциональный фон настроения ребенка, а также влияние участия в походе на личностное взаимодействие ребенка с одноклассниками. Приподнятое настроение отметили 40% опрошенных, радостное настроение у детей наблюдали 46,7% родителей по завершению участия в ПВД и у детей 13,4% родители затруднились с их определить. Ни один из родителей не указал наличия негативного фона настроения, не отметил факта изменения отношений его ребенка с одноклассниками в отрицательную сторону. В 20% случаев родители считают, что ПВД не повлиял на отношения между одноклассниками, в 40% отметили наличие позитивных изменений, и так же в 40% случаев затруднились ответить. По итогам прохождения ПВД 73,3% родителей отметили, что они хотели бы,

чтобы их ребенок развивался в этом направлении дальше, 26,6% респондентов затруднились с ответом. Также на вопрос «Отправили бы еще раз своего ребенка в ПВД?» 13,4% респондентов затруднились с ответом, 13,4 % ответили, что вполне вероятно, и 73,3% дали утвердительный ответ.

Проект «300 ПВД» получил позитивную оценку среди родителей, а у учащихся данный проект вызывал интерес и желание продолжить эту деятельность. По мнению респондентов, участие в несложных однодневных походах дало возможность узнать одноклассников, найти новых друзей среди них, получить позитивный опыт преодоления трудностей и повысить свою самооценку за рамками учебного процесса.

Литература

1. Аслаханов, С.М. О соотношении физической рекреации, физической культуры и общей рекреации / С.М. Аслаханов, М.А. Эльмурзаев // Ученые записки университета Лесгафта. – 2017. – № 9 (151). – С. 19-23.

2. Дрогов, И.А. Концептуальные подходы к разработке программ (стратегии) развития детско-юношеского и спортивно-оздоровительного туризма / Дрогов И.А. // Пути развития и совершенствования детско-юношеского, молодежного и спортивно-оздоровительного туризма: сборник научных статей и материалов Всероссийской научно-практической конференции. – Москва, 2010. – С. 6-7.

3. Константинов, Ю.С. Педагогика школьного туризма: учебно-методическое пособие. – 2-е изд., дополненное. – Москва: ФЦДЮТиК, 2006. – 208 с.

4. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися (походов и экспедиций) / Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ДОД "Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения». – URL: <https://docs.cntd.ru/document/456071792?ysclid=l46u9mweq7670645240> (дата обращения: 15.04.2022). – Текст: электронный.

Головина Наталья Сергеевна, сотрудник фирмы путешествий, Россия, Москва, ГБУ «ЛАБОРАТОРИЯ ПУТЕШЕСТВИЙ».

Петрачева Ирина Витальевна, к.п.н., доцент, доцент кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, e-mail: 8797537@mail.ru, Россия, Москва, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК».

*ATTITUDE OF PARENTS TO THE PARTICIPATION OF CHILDREN IN THE PROJECT
"300 PVD" GBU "LABORATORY OF TRAVEL"*

Golovina Natalia Sergeevna, employee of the travel company, Russia, Moscow, State Budgetary Institution "TRAVEL LABORATORY".

Petracheva Irina Vitalievna, Candidate of Pediatric Sciences, Associate Professor, Department of Recreation, Sports, and Health Tourism, e-mail 8797537@mail.ru, Russia, Moscow, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports "GTSOLIFK".

Abstract. *The article gives a description of the project "300 PVD", carried out by the State Budgetary Institution "Travel Laboratory". Its effectiveness in relation to the development of sports and recreational and youth tourism in educational institutions of the city of Moscow has been proven. The attitude of parents to weekend trips in working with children and introducing them to active tourism and promoting a healthy lifestyle among students was revealed.*

Keywords: *sports and health tourism, weekend hikes, parents' attitude.*

References

1. Aslahanov, S.M. *O sootnoshenii fizicheskoy rekreacii, fizicheskoy kul'tury i obshchej rekreacii* / S.M. Aslahanov, M.A. El'murzaev // *Uchenye zapiski universiteta Lesgafta*. – 2017. – № 9 (151). – S. 19-23.
2. Drogov, I.A. *Konceptual'nye podhody k razrabotke programm (strategii) razvitiya detsko-yunosheskogo i sportivno-ozdorovitel'nogo turizma* / Drogov I.A. // *Puti razvitiya sovershenstvovaniya detsko-yunosheskogo, molodezhnogo i sportivno-ozdorovitel'nogo turizma: sbornik nauchnyh statej i materialov Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii*. – Moskva, 2010. – S. 6-7.
3. Konstantinov, YU.S. *Pedagogika shkol'nogo turizma: uchebno metodicheskoe posobie*. – 2-e izd., dopolnennoe. – Moskva: FCDYUTiK, 2006. – 208 s.
4. *Metodicheskie rekomendacii po organizacii i provedeniyu turistskih pohodov s obuchayushchimisya (pohodov i ekspedicij)* / *Ministerstvo obrazovaniya i nauki Rossijskoj Federacii, FGBOU DOD "Federal'nyj centr detsko-yunosheskogo turizma i kraevedeniya*». – URL: <https://docs.cntd.ru/document/456071792?ysclid=l46u9mweq7670645240> (data obrashcheniya: 15.04.2022). – Tekst: elektronnyj.

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ИНКЛЮЗИВНОГО ТУРИЗМА В РОССИИ

Горохова Н.П., Ткаченко С.С.

***Аннотация.** В статье рассматриваются проблемы инклюзивного туризма в России и пути их решения. В статье особый акцент уделяется уровню развития инклюзивного туризма, его разновидностям и особенностям его организации на территории России.*

***Ключевые слова:** инклюзивный туризм, лица с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), интеграция, коммуникация, доступная среда, интернет платформа, проект.*

Введение. В России по статистическим данным зарегистрировано более 15 млн. людей с различной степенью нарушениями в состоянии здоровья. До 70% из них хотели бы путешествовать, как по России, так и в другие страны. 30% лиц с ОВЗ имеют достаточный доход для этого. Однако всего 3% может позволить себе путешествовать самостоятельно, порядка 7% путешествуют с помощью родственников. Остальные не могут себе позволить путешествовать.

Не так просто найти информацию про инклюзивный туризм, куда бы можно было бы сходить на выходные или провести отпуск с семьей, друзьями.

Согласно авторам Межова Л.А., Летин А.Л., Луговская Л.А «инклюзивный туризм (фр. Inclusif - включающий в себя, лат. Include - заключаю, включаю) - процесс развития туризма, который подразумевает доступность туризма для всех, в плане приспособления инфраструктуры туристических центров и объектов туристского показа к различным нуждам всех людей, в том числе инвалидов, пожилых, их опекунов и членов семей, людей с временными ограниченными возможностями, семей с маленькими детьми» [3].

Цель инклюзивного туризма в России заключается, в доступной среде для любого человека не зависимо от его потенциальных физических возможностей в любом городе нашей страны. Также важно интегрировать лиц с ограниченными возможностями в туристическое общество для лучшей коммуникации друг с другом, познания чего-то нового и интересного и передачи знаний друг другу.

Инклюзивный туризм может развиваться только в том случае, если объекты индустрии гостеприимства и туризма отвечают принципу «доступно и удобно для всех».

Разбираясь в вопросе развития инклюзивного туризма в России, мы столкнулись с тем, что эта ниша почти не занята. По данным интернет

источника: «Доля инклюзивного туризма в России едва достигает 0,5%, тогда как в европейских странах превышает 11%. Конкуренция в этом сегменте фактически отсутствует» [6].

Изучая литературу по тематике, а также новости и содержание страниц социальных сетей, посвященных этой проблеме, мы определили несколько важных причин низкого уровня развития инклюзивного туризма в нашей стране:

- отсутствие или недостаточность доступной среды. Входные группы театров и музеев и других учреждений культуры и искусства часто не оснащены пандусами, подъемниками, широкими проёмами и т.д. По той же причине туроператоры и туристические агентства не могут предложить туристический продукт лицам с ОВЗ и инвалидностью;
- состояние здоровья людей с ОВЗ и инвалидностью вызывает опасения ухудшения в процессе посещения туристических объектов или маршрутов;
- низкий уровень дохода у большинства потенциальных туристов с инвалидностью;
- отсутствие социальной поддержки со стороны государства и помощи бизнес-структур на нужды туристического отдыха и путешествий инвалидов.

Таким образом, лица с особыми потребностями в большинстве вынуждены ограничиваться выездом на дачу, к знакомым, родственникам.

Но, несмотря на существующие проблемы в нашей стране, инклюзивный туризм всё-таки существует и набирает свои обороты, хоть и не так быстро, как хотелось бы. Есть тур операторы, которые могут предложить продукт инклюзивного туризма. По данным авторов Иванов В.Д., Талызов С.Н., Рафикова В.Д. наиболее опытные и профессиональные из них, это «Либерти» (г. Санкт-Петербург), «Паралис - Инватур» (г. Москва), «Агентство WELL» (г. Москва). ООО «ЛИБЕРТИ», Санкт-Петербург, существует с 2004 года как результат сотрудничества Санкт-Петербургской региональной общественной организации инвалидов «Мы - вместе» и частных лиц - авторов и разработчиков проекта» [1].

Что касается инклюзивного туризма внутри города, например, в Москве, есть музей современного искусства «Гараж», который с 2015 года проводят экскурсии для глухих и слабослышащих, слепых и слабовидящих, а также для лиц с расстройством аутистического спектра. За счёт современного искусства и нового формата культурного досуга, они объединяют людей. Они считают, что искусство должно быть доступно для всех для всех категорий людей [7]. Что они предлагают для обеспечения доступной среды? Например, экскурсии для глухих и слабослышащих в музее проводят глухие гиды. На адаптированных мероприятиях работают переводчики русского жестового языка (РЖЯ), педагоги и медиаторы. Кассиры и зрители «Гаража» знают основы

РЖЯ и могут на нем объясняться. В программе для незрячих и слабовидящих музеев использует тактильные модели и тифлокомментарии — краткие описания предметов или действий, которые были бы непонятны слепому человеку без пояснений. Гостям с расстройствами аутистического спектра заранее высылают социальную историю — краткий рассказ о визите в музей с иллюстрациями, который помогает подготовиться к посещению [8].

Всем известная площадка ВДНХ предлагает бесплатный транспорт для маломобильных посетителей по всей территории комплекса, есть экскурсии для людей с ограниченными возможностями, бесплатный прокат кресел-колясок, детские спектакли с сурдопереводом и модели для тактильного изучения [8].

В России отмечено 5 инклюзивных театров, среди них Санкт-Петербургские театры «Дети Тишины», «Безусловный театр» и др. На сцене играют слышащие и слабослышащие актёры, а также актеры с повреждением опорно-двигательного аппарата. В Москве действует театр, где привлечены к работе актеры с синдромом Дауна и аутизмом. Постановки делают понятными для любой аудитории.

По указанным примерам можно понять, насколько разнообразным может быть проведение своего досуга. Инклюзивный туризм даёт возможность расширения кругозора и выбора разных видов отдыха, способствует развитию коммуникации между разными категориями людей. Человек с ОВЗ может быть эрудированным, интересным, грамотным, может поделиться с окружающими своим взглядом на жизни и подходом к творчеству, отдыху.

Как решить проблемы, связанные с инклюзивным туризмом? Какие пункты важны для его развития? Что необходимо для комфортного отдыха для лиц с ограниченными возможностями?

Для более рационального и последовательного решения проблем развития инклюзивного туризма в нашей стране, мы предлагаем модель проекта «Российский инклюзивный туризм». Цель этого проекта - заключается, в доступной среде для любого человека не зависимо от его потенциальных физических возможностей в любом городе нашей страны. В проекте должна быть представлена информация об условиях развития инклюзивной среды в следующих видах социального туризма:

1. Экскурсионный (проводимые в городе с гидом для разных категорий населения по актуальным достопримечательностям);
2. Сельский (создать цифровые карты с пометками о турмаршрутах, адаптированные для приема инвалидов и других маломобильных групп населения);
3. Экстремальный (рыбалка, скалолазание, вершина на Эльбрусе, прыжок с парашютом);
4. Культурно-познавательный (квест, павильоны ВДНХ,

турслеты).

Для достижения представленной цели необходимо решить ряд задач:

- содействие глав районов и администрации, муниципалитетов в освещении развивающегося туризма через интернет сеть «Госуслуги», предоставить актуальную информацию о доступности программ для инвалидов и членов их семей;
- объединение с проектами организаций, которые развивают экстремальные виды спорта;
- организация и проведение туристических слетов с привлечением медиа масс, артистов, спортсменов, научных исследователей;
- разработка и внедрение информационно-поисковой системы-каталога (это дает необходимость быстро найти информацию о проведении досуга), страниц в социальных сетях, мобильное приложение (сервисы, магазины, развлечения, онлайн-помощники и другое).

Предложенные условия будут во многом способствовать развитию инклюзивного туризма в России.

Заключение.

Таким образом, инклюзивный туризм в России за последние годы набирает обороты. Чтобы закрепить его развитие, необходима разработка и реализация проекта о развитии инклюзивного туризма в России для лиц с ОВЗ и инвалидностью. Он позволит структурировать различные виды туризма в одной организации, с помощью которой, будет удобно находить тот вид туризма, который необходим для человека с ограниченными возможностями. А также интернет платформа позволит сделать свой выбор туристического досуга, не выходя из дома. Создание оптимальных условий позволит людям с инвалидностью социализироваться и интегрироваться в общество.

Литература

1. Иванов В.Д., Талызов С.Н., Рафикова В.Д. Colloquium Journal. 2018. №6(17). Ч.4. С.16-19.) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://tourlib.net/statti_tourism/ivanov3.htm
2. Латчук В.Н. Рекреационный туризм как средство адаптивной двигательной рекреации // Коррекционная педагогика: теория и практика. 2006. №6(18). С.5. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://tourlib.net/statti_tourism/morlang.htm
3. Межова Л.А., Летин А.Л., Луговская Л.А. Теория и практика организации инклюзивного туризма в России и зарубежом // Современные проблемы науки и образования. – 2015. - № 1-1
4. Портал социальных услуг Кировской области «Сфера социального защиты и социального обслуживания населения» [Электронный ресурс]. –

Режим доступа: https://www.socialkirov.ru/social/root/dost_sreda/sozдание.htm

5. Реабилитация инвалидов в Самарской области [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://reabilit.samregion.ru/biblioteka/turizm-v-sisteme-reabilitatsii-i-sotsialnoj-integratsii-pozhilykh-i-lyudej-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami>

6. Марков К. Инклюзивный туризм: как рынок отвечает на запросы особенных гостей: // «Сбер про» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://sber.pro/publication/inkliuzivnyi-turizm-kak-rynok-otvechaet-na-zaprosy-osobennykh-gostei>

7. Инклюзивные программы // современного музея «Гараж» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://garagemca.org/programs/inclusive-programs>

8. Макарова Ю. 15 проектов, которые делают туризм доступным для всех // РБК тренды [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://trends.rbc.ru/trends/social/cmrm/615167b89a79470e708872be>

Горохова Наталья Петровна, Старший преподаватель кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва, e-mail: gorokhova_natalia@mail.ru.

Ткаченко Снежана Славиевна, бакалавр кафедры теории и методики адаптивного физического воспитания, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва, e-mail: snezhfrezh@mail.ru.

PROBLEMS AND PROSPECTS OF INCLUSIVE TOURISM DEVELOPMENT IN RUSSIA

Gorokhova Natalia Petrovna, Senior Lecturer of the Department of Theory and Methodology of Adaptive Physical Culture, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports "GTSOLIFK", Russia, Moscow, e-mail: gorokhova_natalia@mail.ru.

Tkachenko Snezhana Slavishevna, Bachelor of the Department of Theory and Methodology of Adaptive Physical Education, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports "GTSOLIFK", Russia, Moscow, e-mail: snezhfrezh@mail.ru.

Abstract. *The article deals with the problems of inclusive tourism in Russia and ways to solve them. The article focuses on the level of development of inclusive tourism, its varieties and features of its organization on the territory of Russia.*

Keywords: *inclusive tourism, persons with disabilities (HIA), integration, communication, accessible environment, internet platform, project.*

References

1. Ivanov V.D., Talyzov S.N., Rafikova V.D. Colloquium Journal. 2018. No. 6(17). Part 4. P.16-19.) [Electronic resource]. – Access mode: https://tourlib.net/statti_tourism/ivanov3.htm
2. Latchuk V.N. Recreational tourism as a means of adaptive motor recreation //

Correctional Pedagogy: Theory and Practice. 2006. No. 6 (18). C.5. [Electronic resource]. – Access mode: https://tourlib.net/statti_tourism/morlang.htm

3. Mezheva L.A., Letin A.L., Lugovskaya L.A. Theory and practice of organizing inclusive tourism in Russia and abroad // *Modern problems of science and education*. - 2015. - No. 1-1

4. Portal of social services of the Kirov region "Sphere of social protection and social services for the population" [Electronic resource]. – Access mode: https://www.socialkirov.ru/social/root/dost_sreda/sozdanie.html.

5. Rehabilitation of the disabled in the Samara region [Electronic resource] - Access mode: <https://reabilit.samregion.ru/biblioteka/turizm-v-sisteme-reabilitatsii-i-sotsialnoj-integratsii-pozhilykh-i-lyudej-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami>

6. Markov K. Inclusive tourism: how the market responds to the requests of special guests: // Sberpro [Electronic resource]. – Access mode: <https://sber.pro/publication/inkliuzivnyi-turizm-kak-rynok-otvechaet-na-zaprosy-osobennykh-gostei>

7. Inclusive programs // modern museum "Garage" [Electronic resource]. – Access mode: <https://garagemca.org/programs/inclusive-programs>

8. Makarova Y. 15 projects that make tourism accessible to everyone // *RBC trends* [Electronic resource] - Access mode: <https://trends.rbc.ru/trends/social/cmrm/615167b89a79470e708872be>

ВОСПИТАНИЕ НА ТУРИСТСКОЙ ТРОПЕ

Замалетдинов И.В.

Аннотация. В статье на основе многолетнего опыта приведены рекомендации по движению туристских групп по тропам. Особое внимание уделяется вопросам воспитания детей на туристской тропе и вопросам безопасности при прохождении маршрута.

Ключевые слова. Тропа, просека, дикие животные, руководитель, цветы, букет, туризм.

24 сентября 2021 г. Президент РФ утвердил перечень поручений по итогам встречи со школьниками во Всероссийском детском центре «Океан». В документе значится: «Рекомендовать органам государственной власти субъектов обеспечить поддержку школьного познавательного туризма, предусмотрев формирование в каждом субъекте РФ маршрутов для ознакомления детей с историей, культурой, традициями, природой соответствующего региона, а также с лицами, внесшими весомый вклад в его развитие [1]. Познавательные экскурсии становятся неотъемлемой частью учебно-воспитательной работы образовательных учреждений. Краеведческие экскурсии, походы позволяют обучающимся «постоять рядом» с историей, прикоснуться к ней. Для прохождения даже небольшого маршрута необходима физическая подготовка. Если она на низком уровне, то обучающиеся быстро утомляются, теряют мотивацию и сдаются.

Преодоление природных препятствий способствуют развитию силы, быстроты, ловкости. Таким образом, краеведческие маршруты через призму физической культуры во внеурочной деятельности не только положительно сказывается на физической подготовке обучающихся, но и помогает привить им интерес к туризму. Во время экскурсий обучение и воспитания проводится в естественных природных условиях. Совершив около сотни степенных и категорийных походов с детьми в разные годы набрался материал по прохождению троп, тропинок и других естественных препятствий, который мог бы принести пользу педагогам, учителям. Новизна заключается в том, что отсутствует учебно-методическая литература по хождению по тропам, дорожкам в походах. В походах учебная работа для педагога — одна из главных забот. Детей надо обучать всему: даже как правильно ходить по тропинкам. Приобщение к туризму, как и к любому виду спорта, начинается со школы. Однако специфика нашего туризма такова, что наставниками юных туристов чаще всего оказываются учителя, педагоги.

Актуальность. Туризм с его романтикой и приключениями пленяет

детей с первого выхода в лес, даже если это просто прогулка в парк. В последние годы значительно возрос уровень походов, маршруты часто проходят по местам значительно удаленными от школ. Участникам туристских походов, детям приходится, совершать переходы по незнакомой местности, иногда в неблагоприятных погодных условиях. Каждая школьная группа, как правило, бывает изолирована от других. Восточная пословица гласит: «Даже длинный путь в тысячу километров начинается с первого шага». Таким первым шагом в туризм для обучающихся стали прогулки, экскурсии, одно дневные походы. На туристской тропе встречаются трудности и даже опасности. Основное правило передвижения — не допускать разрыва группы, не устраивать гонки и не спешить. Главное, чтобы никто вперед не убежал и отстающих тоже не было. Во время похода старайтесь придерживаться тропы и не сходить с нее. Тогда вы никогда не заблудитесь. Законы туристов гласят: что если есть тропа, хоть и плохая, то идти надо только по ней. Ее веками создавали дикие животные и люди. Она умело обойдет обрыв, завал из деревьев, опасные препятствия и наиболее рациональным путем приведет туда, куда вам надо. Проходя через лес по тропе, следует не терять бдительность, чтобы не получить травм. Опытные туристы при переходе по лесу знают и соблюдают определенные правила.

Первым по тропе идет наиболее опытный турист (направляющий). Он внимательно осматривают тропу и предупреждают идущих за ним детей громким голосом об опасностях, таких как ямы, пни, поваленные деревья, ветки и т.д. Руководитель группы организует движение цепочкой друг за другом с соблюдением интервала не менее одного метра, можно и чуть больше. Таким образом, пострадавшему сразу будет оказана помощь. Впереди идущий придерживает ветки деревьев, чтобы они не хлестали по лицам и глазам идущих сзади. Миссия любого похода — дополнительное образование их участников. В ходе любого их участие позволяет учащимся познакомиться с прошлым и настоящим своей малой Родины.

Мой стаж работы в этом направлении — почти 50 лет, и столько работаю учителем, педагогом. За более чем вековую историю существования туристско-краеведческой деятельности (ТКД) написано очень много, но мне кажется, что в современной школе детский туризм считается чем-то устаревшим. А мне хочется, основываясь на личной практике, сказать несколько слов в защиту туризма и краеведения. Вообще туризм не экзотика — это жизнь. Надо обязательно учить детей выживанию в экстремальных условиях, основам безопасности жизнедеятельности, но в теории и на бумаге это всё бессмысленно. Ребенок должен быть поставлен в реальные условия — только так он научится правильно реагировать на сложные ситуации на маршруте и находить из них выход. Тогда в нужный момент он не растеряется и примет единственно верное решение. «В практических вещах мало знать, нужно уметь; научиться же можно только

с показа, а не рассказа: ибо чего человек не видел, того и не умеет». М.И. Драгомиров (1830 — 1905), генерал, военный писатель.

С группой впервые собирающимся в поход провожу беседу, рассказываю об умении вести себя в лесу, почему нужно обязательно ходить по тропам. Движение по лесу нужно строить с учетом использования троп, тропинок, дорожек, просек. По тропе даже самой заросшей идти гораздо легче. К тому же тропы пролегают так, что встречающиеся на пути препятствия огибают или пересекают в самом удобном для прохождения месте. Все походы надо планировать заранее, каждая из них требует тщательной подготовки. Вначале в зависимости от целей похода намечают маршрут, выбирают наиболее красивые и интересные места, намечают отдельные объекты для показа. Затем подбирают соответствующего теме похода краеведческую и природоведческую литературу, подготавливают необходимый инвентарь и снаряжение. Педагог, учитель обязан знать маршрут похода во всех ее подробностях, передавать свои знания детям — участникам похода. Содержание, объем, материал и методика прохождения маршрута должна соответствовать возрасту, знаниям и физическим возможностям ребят. Скорость движения группы определяет руководитель группы в зависимости от рельефа местности, погоды, особенностей тропы. Участники похода должны осознавать, что идут в чужой дом, гостеприимный, но живущий по своим законам. Сломанная зеленая ветка, сорванные и выброшенные цветы не прибавят радости в общение с природой. Идти лучше по тропинкам - меньше риска потревожить какое-нибудь животное или птицу на гнезде. Бережно относитесь ко всем животным, встретившимся вам в пути. В лесу старайтесь ходить только по тропинкам. Лес полон своей жизни, и вы легко можете раздавить живое существо. Если случайно наткнулись на гнездо или нору, не трогайте их, не отодвигайте ветки и траву — испортите маскировку или вспугнете животных. Если нашли плохо летающего птенца или беспомощного звериного детеныша — оставьте его в лесу. Рядом, вероятно, находятся его родители, которые и позаботятся о нем, когда вы уйдете. Охраняйте птиц — они уничтожают вредителей леса. В общении с животным миром не забывайте, что в природе вред от хищных зверей или птиц в большинстве случаев перекрывается пользой, которую они приносят. Путешествуя по тропе в лесу, помните, что лес — зеленый заслон города, его «легкие» и украшение. Не обламывайте ветвей деревьев и кустарников. Не рвите цветы — цветы придают красоту и прелесть нашим лугам, полям и лесам. Ни в коем случае не бейте бутылки или другую стеклянную посуду. Помните, что брошенная бумага лежит, не сгнивая, два года, осколок бутылки или консервная банка могут поранить ногу и через сорок лет. Подумайте о красоте, не испорченной вашими походными отбросами природы и о благополучии тех, кто придет сюда после

вас!

Каждому из нас приходилось ступать ногой на эту мягкое, пружинящее под ногами лесное покрывало, но далеко не каждый ребенок знает, какую важную роль играет подстилка в жизни леса. Лесная подстилка главный источник плодородия почвы. Благодаря ей почва под лесом практически не истощается, она защищает почву от всякого рода механического воздействий. Это своего рода буфер, предохраняющий почву от уплотнения при посещении леса детьми. Поэтому почва под лесом всегда рыхлая, пористая, способная поглотить и пропустить сквозь свою толщу большое количество воды. Стоит удалить подстилку или нарушить ее, как почва теряет свою прежнюю влагоемкость, в ней становится меньше полостей и проходов, заполненных миллионами живых существ. Сначала вытаптываются лесные травы, мох, нечаянно ломается подрост, уплотняется и начинает все хуже пропускать влагу и воздух почва. Лесная подстилка представляет собой смесь опавших остатков листьев, хвои, веточек, плодов, кусочков коры, мертвых остатков трав, находящуюся в стадии разложения, минерализации. Незаметно меняется микроклимат припочвенного слоя, гибнут лесные растения, что открывает путь к наступлению луговых трав. Еще немного – и под нажимом обуви туристов чахнут луговые виды, разбивается дерн. Вытоптана трава – значит, резко уменьшилась число полезных насекомых, например, трихограмм, которые истребляют личинки вредных бабочек. Теперь эти личинки безнаказанно будут распространяться по еще уцелевшему лесу. Продолжающаяся нагрузка не даст возможности подняться ни одному ростку, почва укатывается до плотности асфальта, и даже ливень не может проникнуть к корням уцелевших деревьев.

Экскурсии, связанные с передвижением по территории лесного массива, требует от детей правильного поведения в лесу, что является важной составной частью эколого-краеведческого воспитания школьников. Основы поведения в лесу следует прививать детям постоянно, пресекая любые попытки нанести ущерб природе – сломать ветку, растоптать гриб – мухомор, поймать бабочку. Детям не следует просто запрещать, а желательно еще объяснить, почему именно не надо делать этого в лесу. Всегда объясняйте, почему этого делать нельзя. Не ломайте ветви деревьев и кустарников. Ветви древесных растений выполняют функцию скелета и вместе с этим выполняют транспортную функцию для воды и питательных веществ, обеспечивающих рост и развитие всего дерева, кустарника. На ветвях располагаются листья, участвующие в питании растения. Следовательно, мы не имеем права бессмысленно обламывать побеги, мешать растению жить! К тому же листья задерживают пыль, не случайно там, где много растений, легко дышится. Мы должны помнить и о красоте растений, которую можем нарушить, обламывая ветви. Это относится и к цветущей черемухе, и

сирени, и к другим деревьям и кустарникам, которые особенно часто страдают из-за своей красоты. В походе такие случаи встречаются нередко, если группа пошла в поход первый раз. Как передвигаться в лесу? Парами – не всегда, особенно когда тропинка узкая или сырая после дождя. Может быть всей группой, сразу? Вроде бы компактно, но не организовано: много шума, толкотни, да и в толпе не видно каждого. Лучше всего с первых выходов в лес научиться проходить маршрут в колонну по одному – туристским строем. Идти «гуськом» по лесной тропинке гораздо безопаснее и легче. Все это до похода нужно объяснить детям, шутливо обыграв: «Бараны ходят стадом, в детском саду – парами, а туристы ходят строем!». Это запомнится надолго. На маршруте необходимо двигаться «гуськом», чтобы возможно меньше топтать молодую поросль. Идя нельзя разговаривать для развлечения, тишину нарушает только необходимые слова: «яма», «бревно», «держи ветку», «береги глаза». При прохождении по лугу и по сплошному покрову растительности аккуратно двигайтесь с интервалом, чтобы уменьшить вытаптывание, на этих местах. При движении по тропе обертки от конфет и другой мелкий мусор не выбрасывать в траву вдоль троп. Сначала вытаптывается лесные травы, мох, нечаянно ломается подрост, уплотняется и начинает все хуже пропускать влагу и воздух почва. Незаметно меняется микроклимат припочвенного слоя, гибнут лесные растения, что открывает путь к наступлению луговых трав. Еще немного – и под нажимом обуви детей чахнут луговые виды трав. Тысячи собранных (и не редко через час другой брошенных) букетов; десятки сломанных веток черемухи, сирени – вот результат экскурсии детей. Выводя школьников в лес, учитель должен довести до сознания каждого ребенка правило поведения в лесу, постоянно контролировать их соблюдение и самому быть примером. Цель такой экскурсии в успешном прохождении учебного маршрута. Участники группы могут иметь разную физическую подготовку, поэтому для каждого оптимален свой темп движения. Сильные и неопытные туристы часто убегают далеко вперед, оставляя слабых и таких же неопытных детей где-то позади. В результате первым приходится часто останавливаться и ждать, а вторые ползут практически без отдыха, проклиная всё на свете и в первую очередь своих прытких друзей. В группе нарастает напряжение и обоюдное раздражение. Чтобы этого не произошло, следует ориентироваться именно на самого слабого участника. Предложите ему идти впереди, чтобы он задавал темп движения всей группы. Лучше двигаться чуть медленнее, но сохранить хорошее настроение и позитивный настрой у всех участников похода. Итак, туристская тропа — ровная, четкая, хорошо заметная на всем пути следования, она удобна для передвижения. При движении по тропе обертки от конфет, мелкий мусор не выбрасывать в траву вдоль троп. Дольше всего сохраняются конфетные обертки, так как они покрыты слоем воска (для предохранения конфет от

сырости). Поэтому школьникам в походе надо постоянно напоминать: обертки от конфет – либо в костер, либо в карман. Дети обязаны знать, что место фантика на маршруте в костре. Конечно нужно учиться не кидать бумажки не только от конфет, а вообще любой мусор на землю. «Чисто не там, где убирают, а там, где не сорят». Тропы после дождя становятся мокрыми, по ним устремляются потоки воды, ноги скользят. По мокрой тропе нужно идти разомкнутым строем очень осторожно, применяя необходимые меры самостраховки и страховки. Серьезные меры предосторожности должны быть приняты и в период прохождения заснеженных или обледенелых троп. Особое внимание обращается на выбор и подготовку места для постановки ноги. При прохождении скользких или заснеженных троп нужно переносить вес своего тела на очередную ногу только тогда, когда она прочно установлена на тропе. Если к лесной растительности относиться бережно, то на тропе остаются едва заметные следы, которые уже через месяц могут полностью исчезнуть. С самых первых походов у каждого ребенка должно быть уважительное отношение к лесу как к храму природы, к которому цивилизованные люди относятся с благоговением. Народная мудрость гласит: «Прошел один человек – оставил след, прошел десяток людей – уже появилась тропинка». Хорошо, когда руководитель похода пытается использовать любую вылазку на природу, кроме всего прочего, для экологического просвещения и воспитания, бережливого отношения к природе, привычку к здоровому образу жизни. Особенно это важно для городских детей. От того, какие взгляды, привычки, умения, навыки они усвоят в первых учебных походах, будет во многом зависеть их отношение к природе, ее сохранению в будущих путешествиях и в жизни.

Нельзя повреждать кору деревьев и оставлять надписи! На маршруте, на стоянке дети нередко оставляют «память о себе» - вырезают на коре деревьев надписи, например, свои имена, делают другие отметины. Психологи и этологи (ученые, изучающие поведение животных) объясняют эти действия инстинктом, доставшимся нам от предков – потребностью «метить» свою территорию. Собаки, волки, кошки (да и вообще почти все представители собачьих, кошачьих, медвежьих, куньих и других семейств наземных млекопитающих) метят территорию мочой. При движении по лесу необходимо запоминать свой обратный путь, прежде всего по наиболее ярким ориентирам: поваленному или сломанному дереву, просекам, тропам, лесным дорогам и их пересечениям, а также по заметному рельефу: обрыву, оврагу, поляне, болоту, изгибу реки и т.д., которые в дальнейшем могут помочь в определении точки нахождения. При движении, особенно по лесным склонам, не тащить волоком альпеншток, лыжную палку. От этого разрушается лесная почва, а в разрушенной почве приостанавливается возобновление леса, т.е. затрудняется прорастание семян. Идя по лесу, учим ребят, что на

поваленные деревья, бревна, лежащие поперек тропу, залезать нельзя: как правило, они подгнившие и влажные, легко поскользнуться, упасть и получить травму. Такие препятствия нужно перешагивать. В туристской группе никаких гонок на скорость быть не может. Скорость движения вообще нельзя относить к физической нагрузке в походе: в любых условиях она должна быть посильной самому слабому участнику похода. Не обрывай в лесу паутину и не убивай пауков. Пауки – традиционный объект неприязни, брезгливого отношения со стороны детей. Это предубеждение основано на незнании, невнимании к паукам и паутине в семье. Пауки являются такой же полноправной составной частью природы, как и другие насекомые. Жизнь пауков – полна интересных подробностей, многие из которых доступны для наблюдений во время похода. Сети пауков, да и сами они, по-своему красивы. К тому же пауки уничтожают множество комаров, мух и других насекомых, которые поедают деревья, кустарники, грибы. Редко, но бывает, что дети ради забавы могут повредить альпенштоком, лыжной палкой муравейник, помните, что свой домик муравьи все равно будут восстанавливать. Но потратят на это столько сил и времени, что на оздоровление леса у них просто не остается сил. Муравьи настоящие маленькие санитары леса. Именно этой своей функцией они отличаются от многих других насекомых. Муравьи едят все любые остатки, которые есть в лесу, то есть, именно благодаря муравьям скорее происходит очистка леса от остатков падали, также муравьи питаются личинками всяких жуков, в том числе и вредных, этим они тоже приносят пользу лесу. При прохождении участка, покрытого травой или кустарником, нужно идти след в след (колонной по одному, как по тропе). В заключение хочется сказать, перед походом нужно рассказать детям о всех правилах ходьбы по тропам.

Литература

1. Поручение Президента РФ от 24 сентября 2022г. «Перечень поручений по итогам встречи со школьниками во Всероссийском детском центре «Океан» Гарант. (Электронный ресурс).

Замалетдинов Ильдар Валиулович, Мастер спорта России по туризму, заслуженный путешественник России, учитель, педагог, старший инструктор по пешеходному туризму, почетный работник общего образования Российской Федерации, педагог дополнительного образования, академик МАДЮТиК. ildartur@mail.ru Дом детского и юношеского туризма и экскурсий «Простор», Россия, Казань.

Zamaletdinov Ildar Valiullovich, Master of Sports of Russia in Tourism, Honored Traveler of Russia, teacher, educator. Additional education teacher. Academician MADIUTiK. ildartur@mail.ru House of children's and youth tourism and excursions "Prostor". Russia, Kazan.

Abstract. *Based on many years of experience, the article provides recommendations on the movement of tourist groups along the trails. Particular attention is paid to the issues of raising children on the tourist trail and safety issues when passing the rout.*

Keywords: *trail, clearing, wild animals, head, flowers, bouquet, tourism.*

References

1. *Poruchenie Prezidenta RF ot 24 sentyabrya 2022g. «Perechen' poruchenij po itogam vstrechi so shkol'nikami vo Vserossijskom detskom centre «Okean» Garant. (Elektronnyj resurs).*

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ТУРИСТСКИМ МАРШРУТАМ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ ТУРИЗМЕ

Имангулова Т.В.

***Аннотация.** В данной статье рассматриваются вопросы нормативных требований к туристским маршрутам в детско-юношеском туризме, влияющих на профилактическую ценность для укрепления здоровья подрастающего поколения. Количественный состав группы определяется туристской организацией, проводящей походы, экскурсии и т.д. по видам туризма. В подростково-юношеском периоде значительно увеличивается активность спортивных и познавательных процессов. В процессе предпоходных тренировок и в походных условиях осуществляется воспитание волевых и физических качеств туристов. К туристским походам и экскурсиям допускаются физически здоровые учащиеся.*

***Ключевые слова:** активные виды туризма, детско-юношеский туризм, волевые качества, физическая подготовка, туристские маршруты.*

Практика показывает, что туризм во многом способствует формированию активной жизненной позиции и является средством формирования здорового образа жизни подрастающего поколения. Исследовательская среда доказывает ценность детско-юношеского туризма (ДЮТ), как средства эффективного физического воспитания и активного отдыха на природе. В туристских мероприятиях школьники закаляют свой организм, укрепляют здоровье, развивают выносливость, силу и другие физические качества, приобретают прикладные навыки и умения ориентирования на местности, преодоления естественных препятствий, самообслуживания и другое. При организации походов, путешествий следует помнить, что волевые процессы у младших школьников развиты слабо, поэтому не следует проводить длительные походы, а ограничиваться радиальными маршрутами, не требующие большой физической нагрузки. Содержание похода должно в большей мере воздействовать на эмоциональную сферу ребенка, способствовать получению ярких впечатлений, позитивных эмоций [1, 2]. В туристских походах создаются условия для полноценного общения со сверстниками, возможные ситуации, связанные с преодолением трудностей и оказанием помощи и взаимовыручки. ДЮТ позволяет им ощутить свою самостоятельность и независимость, что особенно важно для них. В ранней юности активно идет процесс становления мировоззрения [1, с. 161].

В трудах А.А. Остапеца-Свешникова выделяется, что в походах, экспедициях ярко раскрывается нравственный аспект личности школьника. Например, в походе учащиеся находятся в таких условиях, когда каждый оказывает помощь своему товарищу и одновременно принимает помощь от него. Выполняя эту деятельность у всех на виду, каждый участник несет

за нее полную ответственность перед своими товарищами, коллективом [3, 2]. Здесь удовлетворение личной потребности сливается с выполнением общественной обязанности. Все это делается добровольно, под влиянием внутренней потребности действовать сообща, в условиях простора для инициативы и самостоятельности. [3, с.83].

При анализе психолого-педагогической, учебно-методической и специализированной литературы, нормативно-правовых документов в интернет-ресурсах и других источниках, связанных с развитием ДЮТ показывает, что Единая спортивная классификация (категорирования) туристских маршрутов (ЕСКТМ) определяет основные принципы, требования и технологию классификации спортивных маршрутов по всем видам туризма, а также устанавливает примерные нагрузки для туристских походов со школьниками в зависимости от возрастных групп [4, 5].

К туристским походам и экскурсиям допускаются физически здоровые учащиеся. Прохождение туристского маршрута должно быть равномерным по времени. Перерывы между частями похода более трех дней не допускаются. Общая продолжительность туристских походов, экспедиций и экскурсий в течение учебного года обучающихся не должна превышать 30 дней. Плановые экскурсионные маршруты, при этом в дальних экскурсиях на одного руководителя должно приходиться не более 10 детей [2, 6]. Учитывая особую сложность маршрута, требующего преодоления естественных препятствий в горах, к участникам и руководителям горных комбинированных горно-пешеходных путешествий, предъявляется ряд требований, связанных с необходимостью иметь знания и опыт, соответствующие категории сложности горных маршрутов [2, 5].

Из вышеизложенного вытекает вывод, что основные принципы, требования классификации туристских маршрутов по всем видам туризма, а также установленные примерные нагрузки для туристских походов со школьниками в зависимости от возрастных групп позволяют выявить профилактическую ценность различных видов туризма в укреплении здоровья подрастающего поколения, что показано в таблице 1 [7, с. 80].

Таблица 1 – Профилактическая ценность различных видов туризма в укреплении здоровья (по трёхбалльной шкале)

Виды туризма	Профилактическая ценность (в целом)	Функциональные системы					
		нервная	сердечнососудис тая	дыхание	мышечная	эндокринная	терморегуляция
Горный туризм	18	3	3	3	3	3	3
Водный туризм	17	3	3	3	3	2	3
Лыжный туризм	17	3	3	2	3	3	3
Пешеходный туризм	16	3	3	3	2	2	3
Велотуризм	14	3	3	2	2	2	2
Конный туризм	11	3	1	1	2	2	2
Лыжная прогулка	15	3	3	2	2	2	3
Оздоровительный бег	14	2	3	3	2	2	2

Результаты исследований таблицы 1 показывают, что различные виды туризма оказывают разное влияние на функциональное состояние организма, но все они представляют существенную профилактическую ценность в укреплении здоровья человека. Наибольшую профилактическую ценность в укреплении здоровья человека по направлению развития ДЮТ представляет горный туризм. Затем водный, лыжный и другие виды туризма, а нижний показатель по профилактической ценности отдается конному туризму [2].

Для участия в туристских походах предъявляются требования к *физической подготовке туриста*. Недостаток физической подготовки туриста является причиной быстрого утомления, снижения внимания, травм, нарушения координации движений, что нередко приводит к негативным последствиям при прохождении опасных участков маршрута [8, с. 48]. Физическую подготовленность туриста определяет развитие *общей и специальной выносливости, силы, быстроты, координационных способностей* [9, с. 79].

Методика воспитания выносливости. Выносливость отражает уровень работоспособности человека. Общая выносливость оценивается по способности противостоять утомлению в различных видах деятельности, а специальная – в условиях специфических нагрузок [10, с. 92]. Среди физических качеств выносливость является ведущим качеством туриста. Ее развитию уделяется до 50-60% времени в общем объеме тренировочных

занятий. Анализ литературы показывает, что на начальном этапе подготовки для развития общей выносливости туристов применяется преимущественно равномерный, а по мере ее совершенствования – переменный, повторный и интервальный методы тренировки. В качестве специальных средств совершенствования выносливости целесообразно использовать кросс по пересеченной местности, туристские одно-двухдневные походы. Для тренировки выносливости и ее контроля у юных туристов рекомендуют использовать поход на 10-15 км с рюкзаком массой (10-15 кг) по пересеченной местности. При отличной выносливости средняя скорость составляет 2,5 – 3 км/час, а движение со скоростью до 2 км/час свидетельствует о недостаточной специальной выносливости [2, 11].

Методика воспитания силы. Различают абсолютную и относительную силу. Наиболее существенное значение имеет сила, которая выражается отношением абсолютной силы к массе тела при медленных движениях с большим внешним отягощением (например, вставанием с рюкзаком большой массы, удержание статистической позы при малой площади опоры). Методика воспитания силы, которая используется в туризме, достаточно хорошо разработана в системе физической культуры и спорта. Для этого используются упражнения с отягощением 60-80% от максимального по 5-15 повторений [2, 12]. В системе подготовки туриста большое место занимает изометрический метод силовой подготовки. Это связано с тем, что в процессе передвижения по горному рельефу требуется большая статическая сила. Во время спуска по склону мышцы работают в уступающем режиме, поэтому следует проводить специальную тренировку. При такой тренировке отягощение может превышать предельную массу поднимаемого груза на 10-30% упражнения выполняются медленно, продолжительность каждого из них составляет 4-6 сек (6-8 повторений). Такая тренировка рекомендуется для юных туристов в возрасте более 14 лет [2, 8, с. 51].

Методика воспитания быстроты. Под быстрой понимается способность человека совершать двигательные действия в минимальных для данных условий отрезок времени. Развитие скоростных качеств у туристов имеет важное значение с точки зрения безопасности участников похода. Быстрая реакция позволяет, например, мгновенно переместиться в сторону от летящего камня, обеспечить своевременную страховку при срыве. Для развития быстроты у туристов используются:

- облегченные условия выполнения нагрузок (срыв-самозадержание; помощь веревкой для скоростного передвижения);
- ходьба с предельной скоростью налегке в гору и под уклон;
- лидирование (отстающий увеличивает скорость, смотря на лидера).

Для подростков хорошо использовать различные игровые ситуации,

требующие проявления реакции на быстроту [2, 13].

Методика воспитания координационных способностей. Координационные способности у туристов воспитываются средствами физической и технической подготовки: ходьба по бревну, по подвижным камням, упражнения на фоне утомления, усложнения за счет уменьшения площади опоры, исключения помощи руками [2, 14, с. 53-56]. При тренировке координационных способностей туристов интенсивность нагрузки доводится до 80-85% от максимальной, упражнение выполняется до первых ошибок [2, 15, с. 77]. Немало оригинальных упражнений для занятий в помещении и на местности также позволяет отрабатывать технические и тактические приемы, воспитывать физические качества в непринужденной обстановке.

Можно сделать выводы, что ДЮТ является уникальной моделью гармоничного развития личности подростков, формируя также волевые качества, как целеустремленность, смелость, решительность, настойчивость, выдержка, терпение, взаимовыручка и взаимопомощь, и при этом закладываются прочные основы здорового образа жизни с учетом нормативных требований туристских маршрутов.

Литература

- 1 Веселова Н.Ю. Формирование профессионального самосознания специалистов сферы туризма в процессе педагогической подготовки: дис. ... канд. пед. наук. – Краснодар, 2002. – 161 с.
- 2 Сардаров О.А. Организационные и научно-методические основы развития детско-юношеского туризма в Республике Казахстан: дис. ... док. филос. (PhD):6D090200. - Алматы, 2020. – 138 с.
- 3 Имангулова Т.В. Перспективы развития туристско-краеведческой деятельности в общеобразовательных учреждениях Республики Казахстан // Научно-методический и информационный журнал. - 2013. - №1(18). - С. 83-87 // <https://www.elibrary.ru> (дата обращения: 17.10.2017).
- 4 Сардаров О.А. Опыт работы туристско-палаточных лагерей Енбекшиказахского района Алматинской области // Научно-методический журнал «Сокпак/Тропинка». - 2018. - №4(75). – С. 44-46.
- 5 Официальный сайт Федерация спортивного туризма Республики Казахстан // <http://fetur.kz/> (дата обращения: 17.11.2016).
- 6 Козлова Ю.В., Ярошенко В.В. В поход с классом. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 96 с.
- 7 Сергеев В.Н. Туризм и здоровье. – М.: Профиздат, 1987. – 80 с.
- 8 Макогонов А.Н. Научно-методические основы туризма в горно-пустынной местности. - Алматы: КазАСТ, 2014. - 281 с.
- 9 Байковский Ю.В. Основы спортивной подготовки в горных видах спорта (альпинизм, спортивное скалолазание, горный туризм). - М., 1996. - С. 79.

10 Карасев И.Е. и др. Организация детско-юношеского и молодёжного туризма. – Омск: Изд-во ОмГТУ, 2017. – 92 с.

11 Михайлов Б.А., Федотова А.А. и др. Физическая подготовка туристов. – М., 1985. – 35 с.

12 Захаров Е.Н., Карасев А.В. и др. Энциклопедия физической подготовки. – М., 1994. – С. 12-25.

13 Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. – М.: ФИС, 1990. – 200 с.

14 Петросян С.А. О нормировании физических нагрузок в туристских пеших походах школьников 12-15 лет // Научно-теоретический журнал «Теория и методика физической культуры». - 1990. - №6. – С. 53-56.

15 Аппенянский А.У. Физическая тренировка в туризме. – М., 1989. – 77 с.

Имангулова Татьяна Васильевна - кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор, Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» Сиреневый бульвар 4, Москва, Российская Федерация, tanya_geo@mail.ru.

REGULATORY REQUIREMENTS OF TOURIST ROUTES IN YOUTH TOURISM

Imangulova Tatyana Vasilyevna, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Russian University of Sports "GTSOLIFK", Lilac Boulevard 4, Moscow, Russia, tanya_geo@mail.ru.

Abstract. *This article discusses the issues of regulatory requirements of tourist routes in children's and youth tourism, which affect the preventive value for strengthening the health of the younger generation. The quantitative composition of the group is determined by the tourist organization conducting hikes, excursions, etc. by types of tourism. In the adolescent and adolescent period, the activity of sports and cognitive processes increases significantly. In the process of pre-trip training and in field conditions, the education of the volitional and physical qualities of tourists is carried out. Physically healthy students are allowed to go hiking and excursions.*

Keywords: *active types of tourism, youth tourism, strong-willed qualities, physical training, tourist routes.*

References

1. Veselova N.YU. *Formirovanie professional'nogo samosoznaniya specialistov sfery turizma v processe pedagogicheskoy podgotovki: dis. ... kand. ped. nauk.* – Krasnodar, 2002. – 161 s.

2. Sardarov O.A. *Organizacionnye i nauchno-metodicheskie osnovy razvitiya detsko-yunosheskogo turizma v Respublike Kazahstan: dis. ... dok. filos. (PhD):6D090200.* - Almaty, 2020. – 138 s.

3. Imangulova T.V. *Perspektivy razvitiya turistsko-kraevedcheskoj deyatel'nosti v obshcheobrazovatel'nyh uchrezhdeniyah Respubliki Kazahstan // Nauchno-metodicheskij i informacionnyj zhurnal.* - 2013. - №1(18). - S. 83-87 // <https://www.elibrary.ru> (data obrashcheniya: 17.10.2017).

4. Sardarov O.A. *Opyt raboty turistsko-palatochnyh lagerej Enbekshikazahskogo rajona Almatinskoj oblasti // Nauchno-metodicheskij zhurnal «Соқрақ/Tropinka».* - 2018. -

№4(75). – S. 44-46.

5. *Official'nyj sayt Federaciya sportivnogo turizma Respubliki Kazahstan* // <http://fetur.kz/> (data obrashcheniya: 17.11.2016).

6. Kozlova YU.V., YAroshenko V.V. *V pohod s klassom.* – M.: TC Sfera, 2004. – 96 s.

7. Sergeev V.N. *Turizm i zdorov'e.* – M.: Profizdat, 1987. – 80 s.

8. Makogonov A.N. *Nauchno-metodicheskie osnovy turizma v gorno-pustynnoj mestnosti.* - Almaty: KazAST, 2014. - 281 s.

9. Bajkovskij YU.V. *Osnovy sportivnoj podgotovki v gornyh vidah sporta (al'pinizm, sportivnoe skalolazanie, gornyj turizm).* - M., 1996. - S. 79.

10. Karasev I.E. i dr. *Organizaciya detsko-yunosheskogo i molodyozhnogo turizma.* – Omsk: Izd-vo OmGTU, 2017. – 92 s.

11. Mihajlov B.A., Fedotova A.A. i dr. *Fizicheskaya podgotovka turistov.* – M., 1985. – 35 s.

12. Zaharov E.N., Karasev A.V. i dr. *Enciklopediya fizicheskoy podgotovki.* – M., 1994. – S. 12-25.

13. Zaciorskij V.M. *Fizicheskie kachestva sportsmena.* – M.: FIS, 1990. – 200 s.

14. Petrosyan S.A. *O normirovanii fizicheskikh nagruzok v turistskih peshih pohodah shkol'nikov 12-15 let* // *Nauchno-teoreticheskij zhurnal «Teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury».* - 1990. - №6. – S. 53-56.

15. Appenyanskij A.U. *Fizicheskaya trenirovka v turizme.* – M., 1989. – 77 s.

**КРАЕВЕДЧЕСКАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ КАК СПОСОБ
ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА ПРИМЕРЕ
КРАТКОСРОЧНОЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
«ПОДЫМАХИНО-НАШ ДОМ РОДНОЙ»**

Комарова Н.Ф.

***Аннотация.** В данной статье представлена краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по патриотическому воспитанию для обучающихся от 12 до 17 лет, реализуемая в рамках летней занятости детей. В основу данной программы легла краеведческая экспедиция «По дорогам войны».*

***Ключевые слова:** патриотизм, летний отдых, дополнительное образование, краеведение, экспедиция.*

В сегодняшних реалиях тема патриотизма актуальна как никогда прежде. В связи с началом Специальной военной операции на Украине появилась острая потребность в формировании патриотизма среди подрастающего поколения и как средство формирования патриотизма являются образовательные организации, которые призваны решать приоритетными задачи развития Российского государства и общества в целом.

На базе школы поселка Подымахино Усть-Кутского района реализуется дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Поисковый отряд» сроком реализации 2 года. В условиях небольшого поселка с малой численностью населения в объединении ежегодно занимаются более 20 обучающихся от 12 до 17 лет. Учебный процесс в объединении основан на поисково-краеведческой деятельности и ориентирован на формирование патриотического воспитания молодежи.

С 2021 года по запросу родительской общественности в рамках летней кампании реализуется краткосрочная малобюджетная дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Подымахино - наш дом родной», сроком реализации 30 часов, 6 дней.

Данная программа включает в себя поисково-краеведческую тематическую экспедицию, что требует определённого времени и подготовки.

На предварительном этапе экспедиции с детьми определяется тема экспедиции, понравившиеся им историческое событие, углубленно изучают его, разрабатывается маршрут, выделяют этапы работы и практическую значимость экспедиции, все это способствует собственным открытиям, приближает ребенка к истории, создает условия для гражданского и духовно-нравственного становления его личности.

В поселке Подымахино каждая улица, дом – это музей под открытым небом. Это история школы, гражданской войны, создания колхозов, совхозов, история семьи, встречи с интересными людьми, краеведами поселка [3]. В июне 2022 года в рамках реализации краткосрочной программы, обучающиеся приняли участие поисково-краеведческой тематической экспедиции по теме «По дорогам войны».

В течение 6 дней обучающиеся прошли туристический образовательный маршрут «ВОВ», в ходе которого изучили и проанализировали имеющийся в школьной библиотеке материал. Посетили экскурсии в школьном музее, где познакомились с экспозициями, посвященные Великой Отечественной войне, работали с архивами, которые там хранятся. Дети очень любят ходить туда. В музее они могут не только увидеть, но и прикоснуться к истории. А также послушать рассказы руководителя школьного музея, увидеть фотографии и документы, связанные с их семьями.

Встречи с участниками Великой Отечественной войны могут рассказать современному молодому поколению о всех тяготах войны. Так, в рамках экспедиции, обучающиеся встретились с семьей Антипина Ивана Николаевича - Героя Советского Союза. Племянница Антипина И.Н.- Воронцова Ирина Николаевна рассказала ребятам о том, как в октябре 1943 года при переправе через Днепр Иван Николаевич совершил подвиг, за что ему посмертно было присвоено звание Героя Советского Союза посмертно. Такие встречи всегда вызывают у ребят особый интерес и усиливают акцент в воспитании у них патриотизма [4].

Неотъемлемым условием работы в экспедиции является обязательное и ежедневное ведение обучающимися дневников, что, несомненно, помогает в формировании личностного отношения к исследуемой теме.

Народные традиции занимают одно из главных мест в формировании образованной, культурной и высоконравственной личности. Проводятся краеведческие игры и праздники, ребята ежегодно сажают цветы и оформляют клумбу у памятника воинам, погибшим во время Великой Отечественной войны [2].

В заключительный день экспедиции с обучающимися была проведена военно-патриотическая игра «Зарница». В ходе игры была организована стрельба из пневматической винтовки, работа с металлоискателем, преодоление препятствий, бросание «гранат», разработка стратегии захвата «противника», работа с картой, ориентирование на местности. Подбирается необходимое оборудование (палатки, спальники, аптечка, топоры, костровое оборудование, продуктовая раскладка и т. д.), а также проводится инструктаж по технике безопасности.

В ходе проведения экспедиции происходит преемственность

поколений, способность обучающихся, опираясь на прошлое, созидать будущее. Именно такие мероприятия помогают подрастающему поколению видеть судьбы людей, связанных со своей землей, со своими корнями, природным и культурным наследием, со своей малой Родиной [1].

Можно отметить, что данная система работы формирует модель выпускника – физически развитая, здоровая личность с активной гражданской позицией, обладающая социально ценностными нравственными качествами и потребностями в здоровом образе жизни, с развитым творческим потенциалом и способностью к саморазвитию, а также выпускник с качествами патриота.

Литература

1. Гамаль Е. В. Герб, флаг и гимн России: методические рекомендации по изучению государственной символики / Е. В. Гамаль. – СПб.: Полиграф услуги, 2015. – 64 с.;
2. Филиппова Л. И. Литературное краеведение. Часть 1. – СПб.: «Издательство «Дрофа» Санкт-Петербург», 2006. - 207с.;
3. Памятники природы регионального значения. Иркутск 2014;
4. Усть – Кут – город на Ленских просторах. – изд. 2-е, перераб. и доп. – Иркутск: ООО Артиздат, 2004 – 112 стр.

Комарова Надежда Федоровна, педагог дополнительного образования, alena2277@list.ru, Россия, Усть-Кут, муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Центр дополнительного образования Усть-Кутского муниципального образования.

KRAEVEDCHESKAYA EKSPEDICIYA KAK SPOSOB PATRIOTICHESKOGO VOSPITANIYA NA PRIMERE KRATKOSROCHNOJ DOPOLNITEL'NOJ OBRAZOYVATEL'NOJ OBSHCHERAZVIVAYUSHCHEJ PROGRAMMY «PODYMAHINO- NASH DOM RODNOJ»

Komarova Nadezhda Fedorovna, additional education teacher, alena2277@list.ru, Russia, Ust-Kut, municipal budgetary institution of additional education Center for additional education of the Ust-Kut municipality.

Abstract. *This article presents a short-term additional general educational general developmental program on patriotic education for students from 12 to 17 years old, implemented as part of the summer employment of children. The basis of this program was the local history expedition “On the Roads of War”.*

Keywords: *patriotism, summer holidays, additional education, local history, expedition.*

References

1. Gamal' E. V. *Gerb, flag i gimn Rossii: metodicheskie rekomendacii po izucheniyu gosudarstvennoj simboliki* / E. V. Gamal'. – SPb.: Poligrafuslugi, 2015. – 64 s.;
2. Filippova L. I. *Literaturnoe kraevedenie. CHast' 1.* – SPb.: «Izdatel'stvo «Drofa» Sankt-Peterburg», 2006.- 207s.;
3. *Pamyatniki prirody regional'nogo znacheniya. Irkutsk 2014;*
4. *Ust' – Kut – gorod na Lenskih prostorah.* – izd. 2-e, pererab. i dop. – Irkutsk: OOO Artizdat, 2004 – 112 str.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВЕДЫВАТЕЛЬНЫХ ПОХОДОВ КАК ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОГО И ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ

Корогодин Е.Р.

***Аннотация.** В данной статье рассматривается проблематика организации разведывательных походов в современном мире с точки зрения вовлечения в этот процесс студентов и старших школьников на примере инициативной группы «инструкторский корпус» в составе общественной организации «Федерация Следопытов России» г. Санкт-Петербург и Ленинградская область.*

***Ключевые слова.** Федерация Следопытов России, (ФСР), разведывательные походы, спортивный туризм, инструкторский корпус.*

Введение

В 21 веке в эпоху развитых информационных технологий и при постоянном росте возможностей во всех сферах жизнедеятельности для старших школьников и подростков популяризации туризма в целом, и походов в частности, приходится выдерживать всё более возрастающую конкуренцию за обладание временем и интеллектуальным потенциалом молодежи с другими, быстро развивающимися, сферами досуга. Для наглядности мы условно разделим понятие «туризм» на «коммерческий туризм» и «спортивный туризм». К второму десятилетию 21 века на первый план уже давно вышел коммерческий туризм, способный дать современному человеку максимум впечатлений при привычном уровне комфорта. Спортивный туризм, который наиболее интересен нам в рамках нашей статьи, на данный момент остается уделом немногих, так как требует от туриста высокой физической подготовки и прохождения хорошей школы духовно-нравственного воспитания, а также постоянного развития в выбранных направлениях. Однако, именно спортивный туризм является одним из важных, базовых источников развития и для коммерческого туризма, его двигателем, поставщиком кадров, в лице профессионально подготовленных инструкторов, гидов-проводников, которые расширяют сеть общедоступных туристических маршрутов, добавляя в неё новые, доступные ранее только спортсменам и профессионалам. В России спортивный туризм наиболее развит в среде старших школьников и студентов. Отчасти это обусловлено более доступной возможностью поддержания хорошей физической формы в силу возрастных особенностей и выполнения обязательных программ по месту обучения в школах и ВУЗах, отчасти наличием времени на посещение и прохождение обучения в туристических клубах, молодежных и общественных организациях, предоставляющих возможность заниматься

видами спортивного туризма. Также важна доступность необходимой материально-технической и интеллектуальной базы для занятий, которую предоставляют детские, молодежные и студенческие организации России. Вместе с тем, мы видим, что некоторые виды спортивного туризма в нашей стране находятся в неудовлетворительном состоянии, к сожалению, к ним относится рассматриваемый в нашей статье, разведывательный туризм. Причины такого положения и возможные пути выхода из кризиса этой важной отрасли на примере деятельности общественной организации Федерации Следопытов России (Санкт-Петербург и Ленинградская область) мы рассмотрим в данной статье.

Основная часть

В современном мире, когда у граждан нашей страны в силу внешних обстоятельств возможностей выехать за рубеж становится всё меньше мы вынуждены констатировать отсутствие аналогии с временами расцвета спортивного туризма в СССР в 1960-80 гг. Разведывательных походов становится всё меньше и мы считаем- это не связано с де актуализацией этого направления по принципу «все маршруты давно открыты, ничего нового уже не найти».

Мы выделяем несколько причин отсутствия прогресса в отрасли:

1. отсутствие у государства единого подхода к возможностям развития спортивного туризма среди населения и понимания необходимости этого развития.

Достаточно обратить внимание, что в программах большинства учебных заведений в России отсутствует практика туристской деятельности, в лучшем случае, она составлена как факультатив, меж тем, практически каждый житель нашей страны посещает природные достопримечательности, бывает в лесах, горах и прочих туристских рекреациях. К сожалению, часто, такие выходы проходят без понимания основ гармоничного существования на природе, без знания техники безопасности, что приводит к лесным пожарам, трагедиям. Государство на данный момент идет по пути: «проще запретить, чем обучить». В такой концепции развитию спортивного туризма, к сожалению, нет места и эти функции-развития и популяризации- стараются взять на себя частные компании и общественные организации.

2. Сокращение числа тур клубов, детских и подростково-молодежных объединений.

За последние 20 лет количество подобных учреждений сократилось в разы.

3. Отсутствие мотивации руководителей туристических объединений в проведении разведывательных походов.

Это также одна из причин, связанных с деятельностью государства через контролирующие инстанции вводящего множество запретов,

ограничений и всевозможных требований, зачастую практически невыполнимых и бессмысленных в рамках организации походов. Руководителям туристических объединений с трудом удается организовывать походную деятельность на уже существующих маршрутах, развитию новых направлений, тем более в такой форме как разведывательные походы силами старших школьников и студентов, администрации профильных объединений очень редко уделяют должное внимание.

Однако, именно организация разведывательных походов, по нашему мнению, способна дать новый импульс к развитию интереса к занятию спортивным туризмом среди школьников и студентов. В общих рамках спортивного туризма участвующие в подобных походах, в сравнении с другими туристами и спортсменами отличаются следующим:

1. Высокая физическая подготовка. Специфика проведения разведывательных походов требует от участников хороших физических данных, так как маршруты включают в себя участки, ранее не известные данному коллективу, в том числе с возможностью наличия трудных препятствий или использования путей обхода, увеличивающих как саму дистанцию, так и нагрузку на участников.

2. Высокие моральные качества. Участие в разведывательных походах требует от каждого понимания наличия на маршрутах непредвиденных препятствий и моральной готовности, мужества к преодолению трудностей, к помощи, а иной раз, замене товарища в функциях, которые он выполняет.

3. Интеллектуальная подготовка. Маршруты туристской разведки требуют обязательной предварительной подготовки: изучения карт района проведения, отчетов других групп о смежных маршрутах, четкого распределения ролей в команде, хорошие знания истории, археологии, этнографии выбранного для похода района.

Как итог, участие в таких походах являет собой превосходную возможность для школьников и студентов всестороннего развития, личностного и культурного роста.

В качестве примера успешной реализации походных разведывательных программ предлагаем рассмотреть деятельность объединения «инструкторский корпус», уже несколько лет функционирующего в рамках деятельности общественной организации Федерация Следопытов России (далее ФСР) в Санкт-Петербурге и Ленинградской области.

Инструкторский корпус — это инициативная группа, созданная в 2018 году в рамках проекта обучения инструкторов по туризму для работы в системе международных программ детского отдыха «Город Мастеров», стандарты которой курирует ФСР. Первыми участниками инструкторского корпуса стали вожатые студенческого возраста «Города Мастеров»,

желающие получить удостоверения инструкторов детско-юношеского туризма. В рамках обучения был составлен и проведен первый большой разведывательный маршрут: зимний, лыжный, более 100 км по озерам Приозерского района Ленинградской области в конце января-начале февраля 2019, занявший два месяца серьезной подготовки, по результатам были получены и отражены в отчете уникальные данные о состоянии местности, возникших препятствиях, актуализирована походная топография и дорожная карта района.

Инструкторский корпус продолжил свою деятельность и в последующие годы. Деятельность инициативной группы была полностью перенесена в общественный формат, где в рамках ФСР уже возник запрос со стороны школьников и студентов на создание подобных разведывательных маршрутов и их реализацию. Разведывательные походы, курируемые инструкторским корпусом, стали активно внедряться в программы других подразделений ФСР, так с 2020 года подобные походы успешно проводятся в рамках зимних каникулярных выездов Курсов Опытных Следопытов- подразделения ФСР, объединяющего в себе старших школьников.

Осенью 2021 года Конференция Федерации Следопытов России (высший орган управления данной общественной организацией) внесла в календарный план ФСР разведывательный поход как традиционное мероприятие, проводимое инструкторским корпусом. В ноябре 2021 был проведен разведывательный поход альтернативного маршрута к озеру Ястребиное и знаменитым скалам, именуемым также у туристов Санкт-Петербурга и Ленинградской области Большими и проверена возможность выхода с живописных троп, находящихся рядом с основным туристическим маршрутом, но остающимся уделом немногих из-за отсутствия большого числа информации и возможностей выхода на основной маршрут, в результате, данные по этому району были актуализированы и хранятся в Совете ФСР (исполнительный орган управления организацией), где по запросу могут быть предоставлены потенциальным или действующим руководителям туристских организаций России. В сентябре текущего 2022 года Конференция ФСР вновь подтвердила традицию проведения ноябрьского похода на уровне всей организации, на этот раз в разведывательном походе принимали участие старшие школьники, помощники руководителей детских программ «Город Мастеров» и маршрут был выбран также весьма специфический- предстояло проверить возможность проведения походов в Выборгском районе Ленинградской области в местах сосредоточения дошедших до наших дней остатков грандиозных укреплений Линии Маннергейма. Результаты похода вновь пополнили копилку знаний, в том числе исторических, и дают возможность последующим группам развивать этот район для походной деятельности.

Опыт проведения подобных мероприятий уже востребован в рамках организации открытого слёта детских и молодежных организаций «4 стихии», который будет проходить в августе 2023 года в поселке Лосево Приозерского района Ленинградской области.

Выводы

Для успешной организации и функционирования направления разведывательных походов необходима чётко структурированная организация, способная обеспечить направление необходимой материально-технической и интеллектуальной базой. В организации должны быть обязательные правила и нормы, по которым её участники согласны и готовы действовать. Это обеспечит возможность деятельности в долгосрочной перспективе и станет необходимой морально-нравственной базой, на которой будут строиться новые разведывательные маршруты, приниматься новые участники. Необходима также внутренняя школа руководителей, где наглядно расшифровываются и структура, и правила организации с точки зрения управления подразделением. Это позволяет будущим руководителям быстрее и активнее включаться в работу и не бояться брать на себя ответственность.

Литература

1. Следопыт. Журнал Федерации Следопытов России под редакцией О. Васильевой, П. Самуйловой, № 6, 2020г.
2. Следопыт. Журнал Федерации Следопытов России под редакцией О. Васильевой, П. Самуйловой, № 7, 2021г.
3. «Современное состояние и проблемы развития деятельности туристских клубов России» Современные проблемы науки и образования. Сморгачев В.Ю., Тазутдинова А.И., Дерзав С.В. 2021. – № 6.

Корогодин Евгений Русланович, прокурор Кировского района, Россия, Саратов, e-korogodin@rambler.ru.

ORGANIZATION OF RECONNAISSANCE CAMPAIGNS AS A FORM OF PHYSICAL AND SPIRITUAL AND MORAL DEVELOPMENT OF SENIOR SCHOOLCHILDREN AND STUDENTS

Korogodin Evgeny Ruslanovich, prokuror of Kirovsky district, Saratov, Russia, e-korogodin@rambler.ru.

Abstract. *This article examines the problems of organizing reconnaissance campaigns in the modern world from the point of view of involving students and high school students in this process by the example of the initiative group "instructor corps" as part of the public organization "Federation of Pathfinders of Russia" in St. Petersburg and Leningrad region.*

Keywords: *Federation of Pathfinders of Russia, (FSR), reconnaissance trips, sports tourism, instructor corps.*

References

1. *The pathfinder. Journal of the Federation of Pathfinders of Russia* edited by O. Vasilyeva, P. Samuilova, No. 6, 2020.
2. *Pathfinder. Journal of the Federation of Pathfinders of Russia* edited by O. Vasilyeva, P. Samuilova, No. 7, 2021.
3. "The current state and problems of development of tourist clubs in Russia" *Modern problems of science and education*. Morchkov V.Yu., Tazut-dinova A.I., Derzaev S.V. 2021. – No. 6.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕГИОНАЛЬНОГО ГЛЭМПИНГА КАК НОВАЯ ФОРМА РАЗВИТИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРИЗМА

Неделина Д.И., Андропова Е.М.

***Аннотация.** Глэмпинги являются одним из самых популярных мест отдыха зарубежных туристов. В 21 веке бурное развитие кемпинг и глэмпинг индустрии выросло в ведущий тренд мировой туристской отрасли. Проведенный анализ показал, что туристический продукт глэмпингов за последние 7 лет сильно изменился. Главная причина этому является изменение потребительской психологи, с «пассивного» потребления туристских пакетов, предлагаемых туроператорами, на активный самостоятельных отдых.*

***Ключевые слова:** Экологический туризм, глэмпинг, кемпинг, природа.*

Туризм является неотъемлемой частью жизни каждого человека. За последние годы произошли значительные изменения в этой сфере отдыха. У людей появились новые предпочтения, которые повлекли за собой формирование новых видов туризма. Одним из таких видов стал экологический туризм, как ответ на стремление людей быть ближе к природе. Появилось новое решение, при котором городской комфорт органично вписывается в формат дикого отдыха на природе. Также растет спрос на средства размещения, расположенные в экологически чистых местах. К таким средствам размещения относятся глэмпинги.

Актуальность данного исследования обусловлена современными реалиями, поскольку динамика изменения человеческих запросов высока, появляются новые продвинутые покупатели, которые определяют тенденции развития рыночного предложения. Как следствие, требования к комфорту и удобству в сочетании с отдыхом на дикой природе, заставляет владельцев средств размещения, задуматься над созданием необычных зон отдыха.

Само понятие глэмпинг сложилось из двух корней «glamour» - гламур и «camping» - кемпинг. Глэмпинг – это разновидность кемпинга, объединяющая в себе комфорт гостиничного номера с возможностью отдыха на природе. [1]

Появилась новая концепция отдыха на природе со всеми удобствами и полноценным отельным обслуживанием. Самое важное условие глэмпинга — он должен органично вписываться в окружающую среду, не нанося ей вреда и быть достаточно мобильным. Поэтому проживание в глэмпинге это проживание в комфортных экологически чистых домиках, посреди дикой природы и на удалении от цивилизации.

За последние годы такой вид отдыха приобрел большую популярность. Динамика популярности запросов «глэмпинг» в поисковой

системе «Google» в России представлена на рисунке. (рисунок 1) [4]



Рисунок 1 – Динамика популярности запросов «глэмпинг» в поисковой системе «Google» в России

У глэмпинга есть несколько особенностей:

- Строительство их обходится владельцу средств размещения дешевле, чем обустройство отеля или коттеджа.
- Окупаемость быстрее отеля, т.к. в отеле количество номеров значительно больше и их заполнение происходит дольше.
- Установка и сборка самих модульных конструкций не требует большого количества времени. Это позволяет возводить такие модули почти везде, даже вблизи водоемов и среди дикой природы.
- Возможна как сезонная, так и круглогодичная эксплуатация.
- Места, где стоят глэмпинги, могут меняться в зависимости от времени года или погодных условий, так как применяемые конструкции подвижны.
- Юридическое преимущество глэмпинга в том, что необязательно владеть земельным участком, достаточно взять его в аренду на определенный срок.

По мнению экспертов в области туризма, глэмпинг относится к особому виду туризма, так как он может быть не фундаментальным объектом, а временным (т.е. перемещен и видоизменен), он более гармоничен с природой. [2]

По месту установки глэмпинги делятся на:

- площадку для глэмпинга с прозрачными материалами, обеспечивающими максимальный визуальный обзор объемная природа: модель купола, «пузырь»;

- место для глэмпинга на основе национальных фольклорных особенностей: иглу, юрта, типи, шатер;
- места для глэмпинга в зависимости от расположения: домики на деревьях, на скалах, в земле и под землей, на воде;
- место для глэмпинга с максимальной изоляцией: одиночные острова, лодки, маяки и т. д.;
- другие места для глэмпинга: капсулы (деревянная полукруглая конструкция), домики (деревянные бунгало в качестве охотничьего ящика), камбуз (вагон со специальными свойствами), фургоны и прицепы-дома (элементы кемпинга), контейнеры (современный вариант прицепа-дома).

Опыт зарубежных коллег по систематизации данных и формированию теоретической базы показал, что в Российской Федерации также существует возможность не только активного роста и распространения этой специализации, но и создание сетей, ассоциаций и мест для глэмпинга. С учетом различных уровней размещения, возможны гибкие цены, что делает глэмпинги доступными для туристов с любым бюджетом.

В России глэмпинг еще только набирает популярность; но уже сейчас этот сегмент очень интересен для бизнесменов и предпринимателей.

Одним из мест, где глэмпинг становится популярным, является база отдыха санатория «Лунево на Волге» Костромской области. Глэмпинги на территории базы построены по индивидуальному проекту. Комфортабельные модули с полноценным отельным обслуживанием. Каждый домик оборудован душевой и уборной комнатой. Внутри дизайнерская мебель и панорамное прозрачное пространство с видом на Волгу. Модули утеплены и подогреваются, так что в них можно размещаться круглый год. Питаться можно, как самостоятельно в домике, для этого есть полноценная кухня со всеми бытовыми приборами, так и в ресторане базы отдыха. Около каждого домика имеется оборудованная зона барбекю. [3]

Еще одним шагом к развитию и популяризации данного вида отдыха в России стало создание Ассоциации глэмпингов в 2018 году. Их цель - обмен опытом и развитием внутреннего экотуризма.

В настоящее время глэмпинг является очень актуальным и популярным форматом проживания с точки зрения экономии: низкий объем требуемых инвестиций (по сравнению с гостиницами и пансионатами); низкий уровень конкуренции; в зависимости от цен рынок клиентов глэмпингов шире, чем у отелей и курортов. Увеличение количества автомобилей также повышает количество потенциальных клиентов глэмпингов, что приводит к увеличению турпотока в регионы и развитию туризма в целом. Сети глэмпингов, создание ассоциаций, тесное

сотрудничество с туроператорами позволят формировать интересные программы туристского обслуживания, предлагать специальные размещение на туристских маршрутах, развивать различные виды туризма, такие как спортивный, экологический и т.д.

В будущем у глэмпинга есть все шансы занять лидирующие позиции на рынке, так как активно развивается использование экостроительства, ресурсосбережения, экоинженерии. Привлекательность глэмпинга обусловлена новизной, отсутствием жестких правил и требований, что позволяет потенциальным предпринимателям выражать свободу мысли и разрабатывать творческие проекты.

Литература

1. БИТТОН, А. Преимущества глэмпинга. Worldation, 2017. Доступно по адресу: <https://worldation.com/opinions/the-advantages-of-glamping/>
2. ГЛЭМПИГХАБ. (н.д). Виды глэмпинга. Доступно по адресу: <https://glampinghub.com/types-of-glamping/>
3. Турбаза «Лунево на Волге». Доступно по адресу: <https://www.lunevo.ru/about/news/news-bungalo-u-vody/>
4. Запрос «глэмпинг» в Google Trends Россия. Доступно по адресу: <https://trends.google.ru/trends/explore>

Неделина Дарья Игоревна, студентка 4 курса кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, darsunn@yandex.ru, Россия, Москва, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК».

Андропова Елена Михайловна, старший преподаватель кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, andropova007@yandex.ru, Россия, Москва, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК».

FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF REGIONAL GLAMPING AS A NEW FORM OF DEVELOPMENT OF ECOLOGICAL TOURISM

Nedelina Daria Igorevna, 4th year student of the Department of Recreation and Sports and Health Tourism, darsunn@yandex.ru, Russia, Moscow, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports «GTSOLIFK».

Andropova Elena Mikhailovna, Senior Lecturer, Department of Recreation and Sports and Health Tourism, andropova007@yandex.ru, Russia, Moscow, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports «GTSOLIFK».

Abstract. *Glampings are one of the most popular holiday destinations for foreign tourists. In the 21st century, the rapid development of the camping and glamping industry has grown into a leading trend in the global tourism industry. The analysis showed that the tourist product of glampings has changed a lot over the past 7 years. The main reason for this is the change in consumer psychology, from the "passive" consumption of tourist packages offered by tour operators, to active independent recreation.*

Keywords: *Ecotourism, glamping, camping, nature.*

Referenses

1. BITTON, A. Benefits of glamping. Worldation, 2017. Available at: <https://worldation.com/opinions/the-advantages-of-glamping/>
2. GLAMPINGHUB. (n.d.). Glamping types. Available at: <https://glampinghub.com/types-ofglamping/>
3. Tourist base "Lunevo on the Volga". Available at: <https://www.lunevo.ru/about/news/news-bungalo-u-vody/>
4. Query "glamping" in Google Trends Russia. Available at: <https://trends.google.ru/trends/explore>

ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОЕ РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ТУРИСТИЧЕСКИХ ПОХОДОВ

Скрыгин С.В., Скрыгин С.С., Скрыгин Т.С.

***Аннотация.** В данной статье представлен опыт волонтерского служения с целью духовно-нравственного образования подростков. Для решения образовательных задач использовался туризм, как эффективное средство педагогического воздействия. Представлены результаты практического взаимодействия педагогов с молодежью на основе программы «Царские Охотники».*

***Ключевые слова:** образование, нравственность, духовность, воспитание, ценности, культура, туризм, краеведение.*

Введение

Общеизвестно, что в первые двадцать лет жизни человек наиболее подвержен различным деструктивным влияниям, разрушающим целостность его внутреннего мира [1]. Первое, что необходимо сделать для снижения такой опасности - это активизировать духовное и нравственное образование, чтобы исключить формирование вредных привычек [2]. Успех образовательной работы во многом зависит от возрастного этапа и профессионализма педагогов. Чем моложе ученик, тем основательнее в итоге может оказаться духовно-нравственный интеллект. Чем плотнее образовательный процесс касается практической жизни, тем обширнее опыт поведенческих стереотипов [3].

Для решения задачи духовно-нравственного образования было организовано исследование на базе разработок подросткового движения «Царские Охотники». В основе педагогической исследовательской деятельности лежало теоретическое научение и практическое применение знаний в процессе туризма с краеведческим исследованием.

Цель исследования – система нравственного образования.

Для достижения поставленной цели решались следующие задачи:

1. Возродить духовный интеллект и пробудить личность к переживанию нравственности;
2. Совершенствовать понимание смысла и значения нравственных принципов;
3. Развивать волевую инициативу к нравственным поступкам;
4. Планирование выделенного времени для осмысления духовных явлений;
5. Организовать процесс преемственности, чтобы новое поколение, воспринимая опыт старших, продолжило воспитательный процесс в качестве наставников.

Решение поставленных задач предполагалось осуществить с помощью многогранной и широкоформатной образовательной программы.

В программе были представлены четыре сферы развития личности:

- Духовное возрождение;
- Умственное развитие;
- Физическое воспитание;
- Положительная социализация.

Эффективность программы обеспечивалась динамичными формами организации воспитательного и образовательного процесса.

Формы организации образовательного процесса

Одной из основных форм являлось еженедельное собрание по возрастным группам.

Направленность и задачи еженедельных собраний:

- 1.*Библейские уроки.* В дискуссиях необходимо вникать в теоретический материал духовного содержания.
- 2.*Тематические занятия.* Приобретение полезных умений и навыков в туризме, краеведении, обеспечении безопасности, оказании первой медицинской помощи, в этическом поведении и соблюдении правил этикета. Обучение сотрудничеству в команде, развитие коммуникабельности и умения нести ответственность.
- 3.*Лагерь, походы, слеты.* Каждый участник должен взять на себя ответственность и выполнить задание для созидания структуры лагеря, похода или слета.
- 4.*Праздничные встречи.* Объединить всех участников в праздновании Пасхи, Рождества, чествовании именинников.

Принципы педагогической работы

В процессе исследования использовались следующие принципы:

- 1.Мотивация к сотрудничеству в команде на основе девиза: «Готов ко всему: к работе, игре, служению, послушанию, активной социальной жизни».
- 2.Взаимодействие с командой и окружающими людьми на основании «Золотого правила» (“Итак, во всем, как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними”) [5].

Возрастные группы

Образовательная программа была рассчитана на четыре возрастные группы:

- 1-2 классы – начинающие;
- 3-5 классы – пионеры;
- 6-8 классы – следопыты;
- 9-11 классы –старшие следопыты.

Классификация групп необходима для индивидуального подхода к детям всех возрастов. Предполагалось, что такой метод поможет учитывать психологические, физические и социальные особенности в обучении и воспитании ребят.

При организации духовно-нравственного образования в условиях

туризма и краеведения была использована звеньевая система. Предполагалось, что она повысит организованность и эффективность индивидуального подхода наставников к подросткам.

Звеньевая система

Каждое звено состояло из 5-8 человек под руководством звеньевого лидера. Звеньевой лидер должен добиться дружеских отношений, взять ответственность духовного наставника, стать чутким душепопечителем и дисциплинированным организатором мероприятий. Помимо общих собраний ребята из каждого звена должны были выполнять следующие правила: быть вместе в любое свободное время; решать организационные задачи; совместно при поддержке лидера создавать план мероприятий. В звене они учились жить по установленному кодексу:

Бдителен – быть наготове умственно, физически и духовно;

Чист – заботиться о чистоте тела, помыслов и слов;

Правдив – исключить ложь, хитрость и воровство;

Храбр – учиться храбро встречать опасность, упреки или угрозы;

Верен – быть верным своей семье, отряду и друзьям;

Благороден – проявлять вежливость, доброту и заботливость;

Послушен – слушаться родителей, учителей и руководителей;

Духовен – практика взаимодействия духа, души и личности в поиске истинного смысла жизни.

Преемственность

В духовно-нравственном образовании особую роль играет преемственность. Предполагалось, что те ребята, которые успешно освоят туристическо-краеведческий курс с духовно-нравственной образовательной направленностью, станут лидерами младших отрядов.

Выводы

На основе приобретенного опыта духовно-нравственного образовательного процесса в рамках туристической деятельности можно сделать несколько выводов.

1. Движение «Царские Охотники» имеет подробное теоретико-практическое обоснование;

2. Широкий формат образовательных задач не может быть осуществлен без команды подготовленных, имеющих практический опыт волонтеров, обладающих хорошими педагогическими способностями;

3. Энтузиазм одного или двух педагогов не позволяет вести эффективную духовно-нравственную образовательную работу с применением средств туристических походов на основе теоретического и практического курса «Царские Охотники»;

4. Полноценное решение духовно-нравственных задач не может быть осуществлено без взаимодействия команды волонтеров с родителями;

5. Для совершенствования системы нравственного образования подростков энтузиазм одного или нескольких волонтеров не приносит

положительного результата;

6. Решение духовно-нравственных задач должно осуществляться образовательным или воспитательным учреждением с выверенной административной иерархией, эффективной в своем взаимодействии;

7. Административная инициатива должна быть направлена не только на организацию труда воспитателей и педагогов, но и на привлечение родителей для решения задач безопасности, хозяйственного и координационного характера.

8. Невыполнение программы духовно-нравственного образования в полном объеме лишает смысла всю деятельность движения «Царские Охотники».

Литература

1. Замалетдинов И.В. Патриотическое воспитание детей и подростков в туристских походах (из опыта работы) Педагогическое искусство. 2020. № 2. С. 102-110.

2. Скрыгин, С.В., Нравственное воспитание студенческой молодежи: монография / С.В. Скрыгин, П.В. Галочкин. — Москва: КноРус, 2022. — 206 с.

3. Скрыгин С.В., Скрыгин С.С., Скрыгин Т.С. Нравственное воспитание средствами туристских походов. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной Году науки и технологий РФ. Под общей редакцией И.А. Дрогова, Д.В. Смирнова. Москва, 2021. С. 146-150.

4. Скрыгин С.В., Ануров В.Л., Антохин А.С. Современное нравственное воспитание на основе опыта христианской педагогики. Монография: КноРус, 20202, - 168с.

5. Шалин А.Ю., Кузнецова Н.А. Патриотическое воспитание школьников в туристских походах по Шадринскому району. В сборнике: Технологии историко-патриотического воспитания населения России. материалы Всероссийского конкурса студентов и аспирантов. 2017. С. 264-267.

Скрыгин С.В., к.п.н., доцент кафедры «Физвоспитание», skrizalii2@yandex.ru, Финансовый Университет при Правительстве Российской Федерации, Россия, Москва.
Скрыгин С.С., тренер-преподаватель СОШ №25, Россия, Химки.
Скрыгин Т.С., студент магистратуры МГУК, Россия, Москва.

EDUCATIONAL EXPERIENCE IN TERMS OF TOURISM

Skrygin S.V., Ph.D., Associate Professor of the Department of Physical Education, skrizalii2@yandex.ru, Financial University under the Government of the Russia, Russia, Moscow.

Skrygin S.S., trainer-teacher of secondary school No. 25, Russia, Khimki.

Skrygin T.S., a master's student of MGUK, Russia, Moscow.

Abstract. *The article presents the experience of spiritual and moral education of young people. Education was carried out in hiking trips. In conclusion, the results of the practical application of the educational program are presented.*

Keywords: *morality, spirituality, education, values, culture, tourism, local history.*

References

1. Zamaletdinov I.V. *Patrioticheskoe vospitanie detej i podrostkov v turistских pohodah (iz opyta raboty) Pedagogicheskoe iskusstvo. 2020. № 2. S. 102-110.*
2. Skrygin, S.V., *Nravstvennoe vospitanie studencheskoj molodezhi: monografiya / S.V. Skrygin, P.V. Galochkin. — Moskva: KnoRus, 2022. — 206 s.*
3. Skrygin S.V., Skrygin S.S., Skrygin T.S. *Nravstvennoe vospitanie sredstvami turistских pohodov. Materialy Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii s mezhdunarodnym uchastiem, posvyashchennoj Godu nauki i tekhnologii RF. Pod obshchej redakciej I.A. Drogova, D.V. Smirnova. Moskva, 2021. S. 146-150.*
4. Skrygin S.V., Anurov V.L., Antohin A.S. *Sovremennoe nravstvennoe vospitanie na osnove opyta hristianskoj pedagogiki. Monografiya: KnoRus, 20202, - 168s.*
5. SHalin A.YU., Kuznecova N.A. *Patrioticheskoe vospitanie shkol'nikov v turistских pohodah po SHadrinskomu rajonu. V sbornike: Tekhnologii istoriko-patrioticheskogo vospitaniya naseleniya Rossii. Materialy Vserossijskogo konkursa studentov i aspirantov. 2017. S. 264-267.*

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В КРЫМУ И ГОРОДЕ СЕВАСТОПОЛЕ

Совин Е.А., Сумарев Д.С., Строшкова Н.Т.

***Аннотация.** В статье освещается современное положение развития различных видов туризма в Крыму и городе Севастополе. Определены проблемы развития туристических направлений с учетом потребностей туристов, посещающих Крымский полуостров. Туристический клуб Севастопольского государственного университета.*

***Ключевые слова:** туристические направления, студенческий туристический клуб, перспективы развития различных видов рекреационного туризма.*

Введение. В 2019 году в нашей стране была утверждена Стратегия развития туризма на период до 2035 года [1]. Стратегическое планирование позволит не только увеличить поток международного туризма, но и внутреннего, создать и успешно развивать туристические территории, улучшить качество предоставляемых услуг и многое другое.

Севастополь и Крым всегда были территориями большого притока туристов. Сегодня политическая ситуация изменилась и соответственно изменения произошли во многих областях нашей жизни. Туристический поток период с 2018 по 2020 года снизился. В 2021 году количество туристов, посетивших Крым достигло рекордных 9,5 миллиона человек, большинство — это туристы, предпочитающие пляжный отдых. Активными видами туризма как показала статистика пользуются не более 10%. Туристы в основном предпочитают культурный туризм (34% посетили три и более экскурсии) [2]. Студенческая молодежь сегодня является наиболее активным пользователем многих туристических ресурсов, в том числе крымских.

Основная часть. С 1 июня 2022 года стартовала Программа молодежного и студенческого туризма, 155 вузов страны из 98 городов Российской Федерации включились в эту программу. Студент в возрасте до 35 лет, может приехать в любой город и поселиться в студенческом общежитие за совершенно доступные цены и посмотреть достопримечательности города, пройти туристическими тропами и полюбоваться красотами нашей необъятной страны. Для этого ему необходимо сделать заявку на сайте образовательной организации и указать даты приезда. В Крыму в эту Программу входит один из крупнейших вузов Крымский федеральный университет им В.И. Вернадского. У Севастопольского государственного университета из-за отсутствия необходимого жилого фонда такая возможность отсутствует пока, но студенты нашего вуза пошли по другому пути.

Так в 2021 г. в Центре физической культуры и спорта Севастопольского государственного университета был создан Туристический клуб. Идея была самая банальная на первый взгляд, группа единомышленников-студентов тогда еще 2 курса направления подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» решили начать ходить в туристические походы и привлекать к этому делу сначала одноклассников, а потом и всех желающих студентов вуза. Ходили небольшими группами и образование, которое они получают, позволяло им не только водить группы по туристическим маршрутам с использованием туристического оборудования, но и выступать гидами, рассказывая интересные факты о достопримечательностях Крымского полуострова и его истории. За время своего существования Туристический клуб, а 19 ноября 2022 года ему исполняется ровно год ребята совершили как минимум 30 походов, много это или мало могут оценить только те студенты, которые их прошли.

В апреле 2021 года студенты решили принять участие в конкурсе внутренних грантов университета, идея состояла в том, чтобы не только получить средства на приобретение туристического инвентаря и оборудования, но и организовать и провести первую научно-практическую студенческую конференцию, которая должна быть обязательно выездной, так как после конференции будет важно показать участникам конференции интересные места горного Крыма. Грант был успешно получен и началась работа.

Студенты самостоятельно подготовили не только конференцию, но, и чтобы участникам и преподавателям было интересно придумали квест на знание теории спортивного туризма, а также разработали 20 км маршрут по «Большому каньону Крыма».

Выступления на научно-практической конференции затрагивали вопросы перспективы развития различных видов туризма, которых у нас в городе большое разнообразие это и конный туризм, который представлен на крымском полуострове 23 клубами, это и каякинг, который за последние 2-3 года получил толчок в развитии из-за популярности прогулок на воде на различных плавсредствах (каяки, sur и т.д.), это и спортивное ориентирование и многое другое.

Сегодня такое разнообразие позволяет организовывать образовательные туры для студенческой молодежи, разрабатывая маршруты можно за небольшой промежуток времени освоить различные навыки, которые могут обеспечить потребности широкого круга студенчества и их запросы.

Кроме имеющихся на сегодняшний день активностей, в перспективе можно предлагать студентам и туристам этнографический и гастрономический туризм, на сегодняшний день это направление существует, но сервис, который предлагается, еще находится вначале

своего развития.

Популярность спелеотуризма также возрастает с учетом того что на Крымском полуострове их 8, пещеры эти имеют различную глубину и многие пока закрыты для туристов, но те что открыты имеют высокий уровень популярности и возможно, что в ближайшее время количество пещер куда может ступить нога туриста увеличится. Наиболее посещаемые пещеры в Крыму это: Красная; Мраморная; Эмине-Баир-Хосар; Эмине-Баир-Коба; Трехглазка; Скульская; Геофизическая.

В регионе предоставляются услуги по воздушному туризму – парашютеризм, прыжки с парашютом, дельтапланеризм. Да, этот вид туризма требует определенных финансовых затрат и ответственности за жизнь и здоровье туристов при выполнении полетов, но тем не менее такой вид активного отдыха достаточно популярен как среди молодежи, так и людей среднего возраста. К тому же кто не мечтает увидеть горы с высоты птичьего полёта, актуальность данной темы будет проверена временем.

Выводы. Таким образом перспектива развития различных туристических видов активного отдыха достаточно разнообразна на Крымском полуострове, но во многих районах он представляет из себя разрозненные туристические фирмы. Нет единого управления туристическими рекреационными зонами, в основном все находится в частной собственности и развивается только то, что востребовано здесь и сейчас без (гостиницы, отели, частный сектор), то есть пляжный отдых, что порой негативно сказывается на впечатлении отдыхающих в Крыму, хотелось бы увидеть новые горизонты развития других видов туризма.

Литература

1. Стратегия развития туризма в РФ в период до 2035 года. – [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72661648/>

2. Доклад министра курортов и туризма Республики Крым об итогах работы санаторно-курортной и туристической отрасли Республики Крым за 2021 год от 13.01.2022г. – [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://mtur.rk.gov.ru/>.

Совин Евгений Александрович, студент 3 курса направления подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» Севастопольского государственного университета, evgenysovin1998@yandex.ru.

Сумарев Дмитрий Сергеевич – студент 3 курса направления подготовки «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» Севастопольского государственного университета, grom-822@mail.ru.

Строшкова Нина Тадэушевна, к.п.н., доцент кафедры «Физвоспитание и спорт» Севастопольского государственного университета, n-968@mail.ru.

PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF TOURISM IN THE CRIMEA AND THE CITY OF SEVASTOPOL

Sovin Evgeny Aleksandrovich, 3rd year student of the direction of training "Recreation and sports and health tourism" of the Sevastopol State University, evgenysovin1998@yandex.ru.

Sumarev Dmitry Sergeevich - 3rd year student of the direction of training "Recreation and sports and health tourism" of the Sevastopol State University, grom-822@mail.ru.

Stroshkova Nina Tadeushevna, Ph.D., Associate Professor of the Department of Physical Education and Sports, Sevastopol State University, n-968@mail.ru.

Abstract. *The article highlights the current state of development of various types of tourism in the Crimea and the city of Sevastopol. The problems of the development of tourist destinations, taking into account the needs of tourists visiting the Crimean Peninsula, are identified. Tourist Club of Sevastopol State University.*

Keywords: *tourist destinations, student tourist club, prospects for the development of various types of recreational tourism.*

References

- 1. Strategy of tourism development in the Russia in the period up to 2035. – [Electronic resource]. Access mode: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72661648/>*
- 2. Report of the Minister of Resorts and Tourism of the Republic of Crimea on the results of the work of the sanatorium and tourism industry of the Republic of Crimea for 2021 dated 13.01.2022 - [Electronic resource]. Access mode: <https://mtur.rk.gov.ru/>.*

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ЭЗОТЕРИЧЕСКОГО ТУРИЗМА

Широкова В.Е., Андропова Е.М.

***Аннотация.** В этой статье автор рассматривает проблемы и перспективы развития эзотерического туризма. Изучается новая ниша туристских услуг. Итогом работы является разработанный тур.*

***Ключевые слова:** туризм, эзотерический туризм, места силы, тур, озеро Шайтан.*

Введение

На сегодняшний день туризм развивается ускоренными темпами. Это одна из немногих сфер экономики, для которой характерна динамичность развития и высокая доходность. Но в современных условиях выездной туризм для россиян ограничен и на первое место выходит внутренний туризм. Вследствие таких тенденций все чаще речь идет о появлении и развитии новых видов туризма, которые способны удовлетворить потребности клиентов. Среди этих видов можно выделить эзотерический туризм. В России мест для развития такого вида туризма достаточно. Любители мистики ищут новых впечатлений, острых ощущений, «необычности» действия. Таким образом, именно туры с мистическим уклоном предлагают путешественнику почувствовать единение с природой и получить множество ярких впечатлений.

Актуальность темы связана с выросшим в последнее время интересом к духовному просветлению и практикам, к местам природной силы. Что увеличило спрос туристов, желающих прикоснуться к высшему, сакральному, окунуться в чудотворные воды, поучаствовать в обрядах.

Основная часть

Эзотерические туры - интересная и новая ниша на рынке туристских услуг. Под эзотерическим туризмом буквально понимается «путешествие, с целью поиска себя». [1] Современные люди, живущие в бешеном ритме, испытывают потребность не только отдохнуть, но и получить возможность, понять взаимосвязи своих поступков и того, что происходит в жизни

Понятие «эзотерический туризм» в современном виде, по мнению экспертов, появилось сравнительно недавно, примерно 12–14 лет назад, на пересечении таких наук, как экология, туризм и йога. [2] Эзотерический туризм представляет собой культуру путешествий, искусство

паломничества к святым местам нашей Планеты, мистическим местам, наполненным легендами и обрядами.

Философия эзотерического туризма предполагает посещение «мест силы». Данное понятие появилось из следующих категорий: [5]

- йога
- внечувственное восприятие
- эзотерика.

Места силы представляют собой особые зоны на планете, имеющие концентрированную энергию, влияющую на сознание живых существ. Считается, что человек, попадая на данное место, сильно подвержен влиянию природы, которое может проявляться как на физическом, так и на эмоциональном уровнях

Сегодня все больше людей испытывают потребность в таком отдыхе, в котором можно отдохнуть и восстановить свое физическое, психологическое и эмоциональное здоровье.

«Места силы» всегда пользовались почитанием живущих поблизости людей, независимо от их религии и других культурных особенностей

Недавние исследования показывают, что «места силы» находятся не только на поверхности земли, но и под водой.

«Места силы» подлежат следующей классификации:

- естественные: горы, пещеры
- неестественные: места жизни святых или великих битв.
- Обычно на таких местах строятся следующие сооружения:
- храмовые комплексы
- святыни
- церкви
- каменные алтари. [3]

В связи с возрастающей потребностью зарядиться позитивной энергией, и отсутствием подобных туров, встает вопрос о создании данного рода туристского продукта с учетом особенностей их реализации.

Как таковой классификации эзотерических туров не существует, однако специалисты выделяют несколько видов эзотерического туризма, представленные на рисунке 1.

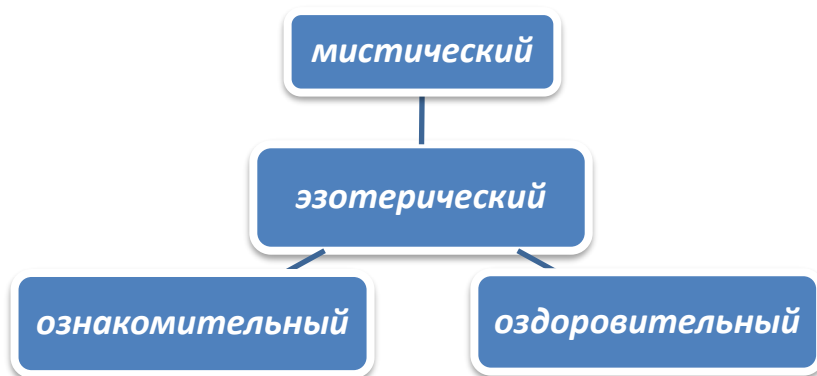


Рисунок 1 – Виды эзотерического туризма

Ознакомительные туры представляют собой бесплатные ознакомительные туры, которые организуют для турагентств и их сотрудников авиакомпании, крупные зарубежные туристические компании для того, чтобы познакомить их с различными туристскими маршрутами и центрами. Делается это для большего притока туристов.

Мистические туры предлагают изучить сверхъестественные особенности того или иного места. Основное отличие этих туров от обычных заключается в том, что их главная цель - познать духовное (теория в этом направлении имеет большое значение, особенно семинары и обучение на природе) и улучшить практические навыки, а также повысить духовный уровень человека.

Оздоровительные туры состоят из практических занятий и тренировок на лоне природы. В этих видах туров распространена практика йоги, нетрадиционная медицина для лечения и профилактики различных заболеваний. Во время оздоровительных туров эзотерического туризма чистый, прозрачный воздух, здоровое питание, достигнутое максимальное расслабление эмоционального состояния человека помогают привести к положительным результатам.

Эзотерический туризм набирает обороты и пользуется спросом в мире. Как утверждают психологи – то, что человека пугает, одновременно его и притягивает. Интерес к мистическому туризму с каждым годом возрастает, соответственно и для России это направление становится актуальным. Тяга человека к мистике существовала всегда, неопознанное во все времена не давало людям покоя. Интересных для искателей мистики мест в мире множество. Интернет-опросы свидетельствуют, что наибольшей популярностью пользуются мистические туры в Тибет (примерно 32% голосов). На втором месте по популярности – посещение Румынии (18%). Индия притягивает миллионы людей, одержимых духовным поиском (15%). Непал как страна притяжения любителей эзотерики держит четвертое место (13%). [4]

«Места силы», существуют по всей планете, их достаточно много и в России. Одно из таких мест находится в Кировской области в деревне Индыгойка, на озере Шайтан.

Для жителей Кировской области это излюбленное место отдыха. Потенциал деревни Индыгойка огромен. Очень необычные легенды этого места притягивают сюда сотни туристов.

Деревня богата природными ресурсами, такими как: лечебные травы, сосновые и пихтовые леса, родниковые воды и озера. В деревне функционирует: пасека, множество русских бань и купель, есть собственное производство эфирных масел. Но центром притяжения деревни является озеро Шайтан – гидрологический памятник природы, находящийся в природном заказнике «Бушковский лес» и имеющий свою легенду.

На сегодняшний день здесь имеются все предпосылки для развития эзотерического туризма. Но в связи с тем, что сервис тут отсутствует, туристы приезжают самостоятельно и уже на месте выбирают понравившуюся услугу. Поэтому возникла идея создания эзотерического тура, в который можно будет объединить все имеющиеся услуги.

В задачу данного исследования входит разработка эзотерического тура с участием туристов в проведении обрядов мистической направленности.

В приоритете у современного человека идет комфорт, поэтому для организации тура эзотерической направленности вопрос размещения стоит на первом месте. В деревне достаточно домов, которые годятся для приема и временного проживания туристов. Жители деревни готовы и имеют возможность принимать гостей. Вопросы питания также можно решить на месте.

Огромным преимуществом будет местная кухня, и использование в пищу свежих овощей, фруктов и ягод. В деревне имеется большое количество мест, куда сегодня туристы ходят самостоятельно. При разработке тура, большое внимание следует уделить организации экскурсий и составлению маршрутов передвижения туристских групп. В деревне проживают энтузиасты, готовые проводить экскурсии по «местам силы», находящимся в природном заказнике «Бушковский лес».

Также имеется огромный потенциал для проведения мастер-классов по производству ароматических масел, приготовлению национальных сладостей, изготовлению лечебной и омолаживающей косметики из имеющихся в наличии трав. Имеется возможность для предоставления дополнительных услуг: таких как баня с использованием ароматических трав и масел, сауна, посещение пасеки и покупка меда.

Выводы

Таким образом, эзотерический туризм требует постоянной работы по поиску новых идей, легенд и необычных объектов; разработке новых маршрутов, а также необходимости постоянно изучать международный опыт и перенимать наиболее эффективные направления данной сферы.

А грамотная разработка тура позволит привлечь как можно больше поклонников данного вида туризма.

Литература

1. Особенности развития эзотерического туризма [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://spravochnick.ru/turizm/osobennosti_razvitiya_ezotericheskogo_turizma/, свободный. – (дата обращения: 12.10.2022).

2. Эзотерический туризм [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://tourlib.net/statti_tourism/kozban.htm, свободный. – (дата обращения: 12.10.2022)

3. Эзотерический туризм: развивающие путешествия для осознанных людей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://4brain.ru/blog/эзотерический-туризм/>, свободный. – (дата обращения: 12.10.2022)

4. Эзотерический туризм - походы за самопознанием [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ezotour.com/ezotericheskiy-turizm>, свободный. – (дата обращения: 12.10.2022)

5. Туристы и йоги одновременно [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nashaplaneta.net/articles/exoterics.html>, свободный. – (дата обращения: 12.10.2022)

Широкова Виктория Евгеньевна, студент кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, Vika05.03.200101@gmail.com, Россия, Москва, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК».

Андропова Елена Михайловна, старший преподаватель кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, andropova007@yandex.ru, Россия, Москва, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК».

THE ROLE OF RECREATIONAL ACTIVITIES FOR HANDBALL REFEREES PARTICIPATING IN TRAINING SEMINARS

Shirokova Victoria Evgenievna, student of the Department of Recreation and Sports Tourism, Vika05.03.200101@gmail.com, Russia, Moscow, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports (GTSOLIFK).

Andropova Elena Mikhailovna, Senior lecturer of the Department of Recreation and Sports Tourism, andropova007@yandex.ru, Russia, Moscow, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports (GTSOLIFK).

Abstract. *In this article, the author examines the problems and prospects for the development of esoteric tourism. A new niche of tourist services is being studied. The result of the work is a developed tour.*

Keywords: *tourism, esoteric tourism, places of power, tour, Lake Shaitan.*

References

1. *Features of the development of esoteric tourism [Electronic resource]. – Access mode: https://spravochnick.ru/turizm/osobennosti_razvitiya_ezotericheskogo_turizma/, free. – (date of application: 12.10.2022).*
2. *Esoteric tourism [Electronic resource]. – Access mode: https://tourlib.net/statti_tourism/kozban.html free. – (date of application: 12.10.2022)*
3. *Esoteric tourism: educational travel for conscious people [Electronic resource]. – Access mode: <https://4brain.ru/blog/эзотерический-мюзум/>, free. – (date of application: 12.10.2022)*
4. *Esoteric tourism - trips for self-knowledge [Electronic resource]. – Access mode: <https://ezotour.com/ezotericheskiy-turizm>, free. – (date of application: 12.10.2022)*
5. *Tourists and yogis at the same time [Electronic resource]. – Access mode: <https://nashaplaneta.net/articles/exoterics.html>, free. – (date of application: 12.10.2022)*

ПУТИ РЕШЕНИЯ КАДРОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СИСТЕМЫ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ, СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

УДК 378:379.85

СТРУКТУРА ПОДГОТОВКИ ИНСТРУКТОРОВ И ПЕДАГОГОВ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПАЛАТОЧНОГО ЛАГЕРЯ, НАПРАВЛЕНИЕ «ВОДНЫЙ ТУРИЗМ»

Бабинцев Ю.М.

***Аннотация.** Статья подготовлена для инструкторов, педагогов, специалистов, занимающихся организацией детского отдыха с использованием различных форм водного туризма. Также данная статья может быть использована при организации подготовки инструкторов и педагогов, проводящих походы с детьми в любом виде туризма.*

***Ключевые слова:** поход, палаточный лагерь, инструктор, педагог, подготовка.*

Важным звеном в структуре любого палаточного лагеря (далее, Лагерь) являются инструкторы и педагоги, которые непосредственно работают с детьми. От их профессионализма зависит, насколько эффективно будут решены педагогические и воспитательные задачи, задачи, связанные с физическим развитием детей и подростков, с их социально-психологической реабилитацией и т.д.

Чтобы начать разговор о подготовке инструкторов и педагогов для работы с детьми в палаточном лагере по направлению «Водный туризм» (далее, Лагерь), следует понимать, какие требования должны быть предъявлены к уровню их подготовленности, в каких условиях организована их работа, с какими категориями детей придется взаимодействовать, осуществляя эту работу.

Подготовка в большей мере должна отталкиваться от структуры Программы, которую реализует тот или иной Лагерь. Разберем подготовку инструкторов и педагогов на примере следующей Программы:

- Первая часть Программы – «Занятия в стационарном Лагере» - представляют собой комплекс мероприятий, направленных на адаптацию подростка к новым условиям, на формирование сплоченной команды, на обучение детей туристским навыкам, необходимым для участия в многодневном походе. Она включает в себя занятия по технике водного и пешеходного туризма (как смежного вида туризма), занятия по оказанию первой медицинской помощи, комплекс упражнений, направленных на сплочение команды и различные психологические тренинги. В этой части Программы проводится учебно-тренировочный поход продолжительностью 1-2 дня, который должен позволить максимально

объективно определить уровень различных сторон подготовленности детской группы, которой предстоит пройти маршрут. Помимо этого, в зависимости от уровня подготовленности группы определяется сложность маршрута.

Продолжительность первой части до 6 дней.

- Вторая часть Программы, основная – «Многодневный поход». Это реальная модель самостоятельной жизнедеятельности детей под контролем взрослых. Во время путешествия дети применяют на практике все знания, умения и навыки, полученные на занятиях в стационарном Лагере. На каждый день похода инструктором или педагогом составляется учебный план, в который входят занятия по отработке туристских навыков и занятия, которые объединяют в себя различные тренинги, игры, развивающие упражнения (коммуникативные, отработка навыков принятия решения, личностный рост, развитие командного взаимодействия и др.). В зависимости от туристского опыта и возраста участников многодневные походы могут быть степенные или категорийные.

Продолжительность зависит от сроков реализации Программы, сложности маршрута.

- Третья часть Программы, заключительная – ***"Подведение итогов в стационарном Лагере"*** – это ряд мероприятий, которые проводятся по возвращении группы с маршрута и направлены на закрепление общего эффекта Программы.

Продолжительность заключительной части 1-2 дня.

До 80% времени в Программе занимают в той, или иной форме походы: «Учебно-тренировочный поход», «Многодневный поход». Соответственно, находясь большую часть Программы в походе, инструктор или педагог должен уделить большое внимание очень важному компоненту подготовки - туристской подготовке. При этом следует обратить внимание, что во многом, именно, от уровня туристской подготовленности инструктора или педагога зависит, насколько он безопасно движется с группой в походе. И чем выше этот уровень, тем более объективно он позволяет ему оценить как свои возможности, так и возможности всей группы в целом, и избежать принятия неверных решений по ходу движения на маршруте.

Так из чего состоит туристская подготовка инструктора и что делается в лагере в этом направлении?

В структуру туристской подготовки входят следующие компоненты: теоретическая подготовка, физическая подготовка, тактико-техническая подготовка, психологическая подготовка и интегральная подготовка.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА. Специфика работы в лагере требует от инструктора или педагога объема, как чисто специальных знаний по выживанию в природной среде, знаний в области туристской подготовки, так и знаний из смежных областей деятельности –

краеведения, геологии, климатологии, биологии, географии, истории и других специальных предметов. У инструктора и педагога должно выработаться умение использовать теоретические знания на практике в условиях похода.

Основными методами и средствами теоретической подготовки являются лекции, беседы, семинары, демонстрация наглядных пособий, просмотр учебных и походных видеофильмов, фотоматериалов и т.д.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА. Особое значение в физической подготовке имеет развитие способностей, которые являются ведущими при преодолении естественных водных препятствий. Инструктору или педагогу необходимо обратить внимание на повышенные требования к развитию общей функциональной выносливости, силовой выносливости, скоростно-силовым способностям, координационным способностям. Выбор средств физической подготовки должен быть направлен в первую очередь на воспитание, развитие и совершенствование вышеперечисленных качеств. С другой стороны, инструктор или педагог должен уметь переключаться с одного вида нагрузки на другой и рационально расходовать силы.

ТАКТИКО-ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА. Тактическая подготовка и техническая подготовка взаимосвязаны между собой, и разделить их можно лишь условно. Одним из важнейших критериев тактической подготовленности является способность максимально безопасно преодолевать естественные препятствия, как на воде, так и на суше. Уровень тактической подготовленности можно оценить, выделив основные тактические составляющие:

- Способность разработать оптимальный план похода;
- Умение определить запасные и аварийные варианты маршрута;
- Умение определить оптимальное время преодоления водных препятствий;
- Умение комплектования группы, экипажей;
- Умение разработать тактическую схему преодоления водных препятствий;
- Умение разработать тактическую схему страховки;
- Умение тактически правильно организовать поисково-спасательные работы, включая транспортировку пострадавшего;
- Умение принять правильное решение в нестандартных ситуациях.

Все эти умения можно выработать путем создания определенных ситуаций, практических - в тренировочных походах, или теоретических – во время семинарских занятий.

Техническую подготовку инструктора или педагога можно разделить на два раздела. Общая техническая подготовка направлена на приобретение навыков организации страховки при преодолении водных препятствий; организации разведки препятствий; организации

спасательных работ; ориентирования на местности и на воде; техники пешеходного и горного туризма и т.д.

В структуру специальной технической подготовки входит обучение техническими приемами управления туристскими судами и технике преодоления различных водных структур (валы, сливы, бочки и т.д.).

Из выше сказанного следует, что основными направлениями тактико-технической подготовки являются следующие направления:

1. Тренировка тактического мышления - способности быстро оценивать ситуацию и находить наиболее эффективное решение и действие.

2. Развитие и совершенствование индивидуальной техники управления судном (гребковая техника).

3. Развитие и совершенствование командной техники управления судном (работа экипажем).

4. Отработка технических приемов, применяемых при преодолении водных препятствий.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА включает в себя: определенную установку на преодоление естественных и искусственных препятствий в природной среде; осознание сложности препятствия и возможности его преодоления; преодоление отрицательных эмоций; создание психологической готовности к максимальным волевым и физическим напряжениям и тесному взаимодействию с другими членами группы. Она помогает создавать такое психическое состояние, которое способствует, с одной стороны, наибольшему использованию своих возможностей, а с другой — позволяет противостоять сбивающим факторам, возникающим при прохождении маршрута (неуверенность в своих силах, неблагоприятные погодные условия и т.д.).

Психологическая подготовка как бы включена в другие виды подготовок, хотя имеет и свои конкретные цели и задачи, о которых было сказано выше. Эффективным методом данного вида подготовки является моделирование ситуаций, наиболее характерных для работы инструктора или педагога в лагере.

ИНТЕГРАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА включает в себя все виды подготовок и реализуется через четко выстроенную систему учебно-тренировочных походов.

Еще одним из основных компонентов подготовки является приобретение инструктором знаний, умений и навыков, которые позволили бы ему эффективно организовать общение и взаимодействие с различными категориями детей. И этот компонент подготовки должен рассматриваться только в комплексе всей структуры подготовленности инструктора.

Таким образом, мы видим, что подготовка инструктора и педагога - это сложный процесс, требующий серьезного подхода к этому вопросу, и

данному процессу в Лагере должно уделяться большое внимание. Подготовка инструкторов и педагогов для работы в Лагере – это непрерывный и многолетний процесс.

Необходимо ежегодно проводить как минимум одно учебное мероприятие по подготовке инструкторов и педагогов для работы в Лагере. Данное мероприятие должно проводиться до начала работы Лагеря и его можно разделить на три основных блока подготовки: теоретический блок, практический блок и стажировка в Лагере.

Теоретический блок проводится в форме лекционных, семинарских и практических занятий, также занятия можно проводить в онлайн-форме. В ходе этого этапа инструктора и педагоги получают большой объем теоретических и практических знаний, которые могут быть применимы в общении и взаимодействии с различными категориями детей, при оказании первой доврачебной помощи, при организации и проведении похода. По направлениям подготовки приглашаются высококвалифицированные специалисты. Например, занятия по медицине могут проводить специалисты из МЧС.

Практический блок представляет собой прохождение водного учебно-тренировочного маршрута 1-2 категории сложности. В ходе учебно-тренировочного похода, с одной стороны, даются базовые знания, умения и навыки по водному туризму, с другой стороны - занятия в походе во многом должны моделировать занятия, которые в дальнейшем должны проводить в Лагере инструктора и педагоги. Основная задача данной части учебного мероприятия дать инструкторам и педагогам конкретный инструментарий, с помощью которого они смогут эффективно и интересно реализовать задачи Программы.

Стажировка заключается в непосредственной работе с детскими группами согласно плану Программы.

Помимо этого, в Лагере необходимо выделить специальное время, в ходе которого сотрудники администрации Лагеря и наиболее опытные инструктора или педагоги, проводят открытые занятия различной направленности для инструкторско-педагогического состава.

Другим направлением подготовки инструкторов и педагогов является четко выстроенный администрацией Лагеря или учреждением, при котором действует Лагерь, календарь учебно-тренировочных и спортивных походов различной категории сложности. Данные походы должны проводиться вне работы Лагеря. Для учебно-тренировочных походов составляются учебные планы, согласно которым по время прохождения маршрута проводятся учебные занятия различной направленности. Спортивные походы направлены на достижение спортивных результатов в соревнованиях различного ранга.

Данный подход позволит готовить квалифицированных инструкторов и педагогов для работы с детьми.

Литература

1. Аппенянский А. И. Физическая тренировка в туризме: Методические рекомендации. – М., ЦРИБ, 1989.
2. Водный туризм / Сост. В.Н. Григорьев, - М., Профиздат, 1990.
3. Каверин В.Ф. Гребля на байдарках и каноэ: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М., Советский спорт, 2004.
4. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать. – М., ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2004.
5. Юрин В.Е. Сольфеджио белой воды. – Восточная книжная компания, 1997.

Бабинцев Юрий Михайлович, Мастер спорта России, Инструктор международного класса по СТ, старший методист, babincevy@mail.ru, Россия, Калуга, Государственное автономное учреждение Калужской области «Центр «Развитие», подразделение «Региональный центр выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи в Калужской области».

TRAINING STRUCTURE FOR INSTRUCTORS AND TEACHER FOR CHILDREN'S TENT CAMP, DIRECTION "WATER TOURISM"

Babintsev Yury Mikhailovich, Master of Sports of Russia, International class instructor in ST, senior methodologist, babincevy@mail.ru, Russia, Kaluga, State Autonomous Institution of the Kaluga Region "Development Center", subdivision "Regional Center for Identifying, Supporting and Developing Abilities and Talents" among children and youth in the Kaluga region".

Abstract. *The article is prepared for instructors, teachers, specialists involved in the organization of children's recreation using various forms of water tourism. Also, this article can be used in organizing the training of instructors and teachers conducting trips with children in any type of tourism.*

Keywords: *hike, tent camp, instructor, teacher, training.*

References

1. Appenyanskij A. I. Fizicheskaya trenirovka v turizme: Metodicheskie rekomendacii. – M., CRIB, 1989.
2. Vodnyj turizm / Sost. V.N. Grigor'ev, - M., Profizdat, 1990.
3. Kaverin V.F. Greblya na bajdarkah i kanoe: Primernaya programma sportivnoj podgotovki dlya detsko-yunosheskih sportivnyh shkol, specializirovannyh detsko-yunosheskih shkol olimpijskogo rezerva. – M., Sovetskij sport, 2004.
4. Ozolin N.G. Nastol'naya kniga trenera: Nauka pobezhdat'. – M., ООО «Izdatel'stvo Astrel'»: ООО «Izdatel'stvo AST», 2004.
5. YUrin V.E. Sol'fedzhio beloju vody. – Vostochnaya knizhnaya kompaniya, 1997.

ПРАКТИЧЕСКИЙ ПОДХОД К ГУМАНИЗАЦИИ ТУРИСТСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Губаренко А.В., Абдикаримова М.Н., Пестова А.А.

***Аннотация.** В данной статье авторами представлены результаты собственных исследований в области гуманизации туристского образования. В процессе своей профессиональной деятельности, авторами разработан ряд принципов, практическая реализация которых позволяет сформировать целостный подход к организации учебного и учебно-воспитательного процесса в рамках гуманистического образования.*

***Ключевые слова:** туристское образование, гуманистический подход, обучение, туризм, образовательная программа.*

Туризм, являясь одной из наиболее «контактных» сфер человеческой жизни, предполагает под собой деятельность в плоскости «человек-человек», где основной фокус внимания должен быть сконцентрирован на качестве профессиональной подготовки специалистов для индустрии туризма, способных не только выполнять свои должностные обязанности, но и владеющие навыками эффективной коммуникации, имеющие высокий уровень культурного развития и способные к постоянному самосовершенствованию в качестве самодостаточной личности.

Сегодня, профессиональное туристское образование представляет собой, во-первых, постоянно-развивающуюся область человеческого знания, во-вторых, область образовательных услуг. Все это предполагает, что актуальность исследований в области подготовки специализированных кадров для индустрии туризма и гостеприимства будет только возрастать [1], а человеческие ресурсы, владеющие не только профессиональными компетенциями, но и имеющие навыки межличностного общения, с высоким культурным уровнем, сформируют качественный пласт национальных туристских кадров, что возможно лишь при гуманистическом подходе к построению образовательного процесса по направлению туризма.

Вопросы гуманизма стали активно подниматься обществом достаточно давно, а уже со второй половины XX века, приобрели массовый общественный характер. Сегодня, гуманизация общества является одной из приоритетных направлений, в том числе и в образовании, на всех его уровнях.

Понятие «гуманизация» является производным от термина «гуманизм», который имеет множество различных толкований. Так, по определению И. Канта, гуманизм – это «чувство блага в отношениях с другими» [2]. Гуманизация образования является одним из приоритетных

принципов развития современного туристского образования, на ряду с принципом практико-ориентированности образования, принципом преемственности (последовательности), принципом научности и подлинности, принципом научности и подлинности и т.д., принцип гуманистического подхода к образованию становится все более популярным среди субъектов высшего туристского образования.

Парадокс, который возник в современное время между рыночной экономикой и «человечностью», состоит в том, что сущность рынка заключается в приумножении достатка, любыми путями, а «человечность», нравственность предполагает главенствующие позиции отводить человеческим ценностям, культуре, так называемому «социальному партнерству» [3]. Реализация подобного подхода необходима, именно через него мы способны качественно повлиять на индустрии туризма, где человек является ценнейшим активом.

Гуманизация образования должна быть внедрена через практико-ориентированное образование, т.е. все действия должны носить деятельный и практический характер, а именно:

- Разработка и внедрение кодекса чести преподавателя и студента, активное следование правил, норм и ценностей должно стать основой современного обучения в вузе. Так, в настоящее время большинство вузов внедрило в основу своего образовательного процесса принципы академической честности, кодекс этики, кодекс студента и преподавателя и т.д., но до сих пор существует проблема четкого следования этим нормативным документам, которые должны носить обязательный, а не поминальный характер. Разработка подобных документов, это возможность вуза проявить свою позицию, отразить миссию, цели и задачи учебного заведения.

- Создание модулей и циклов дисциплин, являющихся целостной системой освоения профессиональных компетенций, имеющих гуманистический подход. В современных образовательных программах необходимо предусматривать наличие дисциплин, результатом освоения которых будет не только приобретение профессиональных компетенций, но и формирование общечеловеческих ценностей, социальных и профессиональных взаимоотношений, развитие культурно-нравственных качеств, эстетического вкуса, норм и правил поведения в обществе, толерантного мышления.

Так, отличным опытом реализации подобного подхода, можно назвать цикл дисциплин: 1 курс «Анимационная деятельность» > 2 курс «Основы туристско-краеведческой работы» > 3 курс «Музееведение» > 4 курс «Научно-исследовательская деятельность», разработанного с учетом принципов гуманизации образования авторами данной статьи и полноценно внедренного в образовательный процесс.

- Проведение внеаудиторных занятий в учебное и внеучебное время, когда студенты посещают объекты культуры (театры, музеи, выставки и пр.) с целью получения как профессиональных, так и социальных навыков. Подобные занятия должны стать необходимым элементом для широкого круга дисциплин, что позволит не только расширить практико-ориентированный подход в освоении необходимых компетенций, но и сформирует практические навыки, навыки социального общения и пр. Занятия, основа которых была сформирована в стенах лекционных залов, «перешедших» в практическое поле в виде внеаудиторных занятий, дает возможность обучающимся, применить полученную информацию, трансформировав ее в профессиональный навык. Например, организация тематической экскурсии, целесообразно начинать с теоретического материала, далее продемонстрировать пример в виде экскурсии от преподавателя (если он действующий экскурсовод) или экскурсовода во время внеаудиторного занятия по расписанию, далее сформировать задание по подготовке тематической экскурсии с их последующей демонстрацией как в учебное, так и внеучебное время. Чаще всего, подобные учебные экскурсии являются пешеходными.

- Внеучебные мероприятия, главная задача которых – организация качественного досуга, через вовлечение обучающихся в активную позицию, где именно он является инициатором организации культурного мероприятия. Каждый куратор, эдвайзер, наставник, а также преподаватель, может самостоятельно подготовить цикл культурных мероприятий внеучебного процесса, запланировав его на учебный год или на весь период обучения конкретной группы. Так, это могут быть мероприятия раз или два с в семестр, обучающимся даем возможность самостоятельно предложить программу, но, на первых курсах важно показать пример, который станет ориентиром.

Особое внимание стоит уделить личности преподавателя, его собственному уровню развития. Сегодня, за огромным количеством работы, преподаватель может просто не успевать посещать культурные мероприятия, для этого, необходимо ввести систему мотивирования и поощрения.

Таким образом, в настоящее время гуманизация – это неотъемлемая часть туристского образования, которая, через реализацию основных принципов должна прочно укорениться в образовательном пространстве учебных заведений. Практико-ориентированный подход к данному процессу позволит качественно реализовать принципы гуманизации туристского образования и оказать положительное влияние не только на процесс подготовки туристских кадров, но и повысить культурный уровень нашего общества.

Литература

1. Очилова Х.Ф. Профессиональное туристское образование в республике Узбекистан. // Журнал «Научные известия», 2022. - № 29 - С.248-250.
2. Котова С.А. Гуманизация образования в пространстве высшего образования на современном этапе // Материалы V Международные Педагогические чтения, посвященные памяти профессора С.И. Злобина, 2019. - С. 91-93.
3. Рысбекова С.Т., Рысбеков Т.З., Шинтимирова Б.Г. Гуманизация и гуманитаризация образования - основа устойчивого развития общества и формирования миропонимания молодежи // Материалы международной научной конференции: Гуманизация образовательного пространства, 2016. - С. 161-168.

Губаренко Анастасия Вячеславовна, доктор PhD, и.о. ассоциированный профессор Международного университета туризма и гостеприимства, г. Туркестан, Республика Казахстан.

Абдикаримова Мадина Нурбулатовна, доктор PhD, и.о. ассоциированный профессор Международного университета туризма и гостеприимства, г. Туркестан, Республика Казахстан.

Пестова Алина Амировна, доктор PhD, и.о. ассоциированный профессор Международного университета туризма и гостеприимства, г. Туркестан, Республика Казахстан.

PRACTICAL APPROACH TO THE HUMANIZATION OF TOURISM EDUCATION

Gubarenko Anastasia Vyacheslavovna, PhD, Acting Associate Professor of the International University of Tourism and Hospitality, Turkestan, Republic of Kazakhstan.

Abdikarimova Madina Nurbulatovna, PhD, Acting Associate Professor of the International University of Tourism and Hospitality, Turkestan, Republic of Kazakhstan.

Pestova Alina Amirovna, PhD, Acting Associate Professor of the International University of Tourism and Hospitality, Turkestan, Republic of Kazakhstan.

Abstract. *In this article, the authors present the results of their own research in the field of humanization of tourism education. In the course of their professional activity, the authors have developed a number of principles, the practical implementation of which allows us to form a holistic approach to the organization of the educational and educational process within the framework of humanistic education.*

Keywords: *tourism education, humanistic approach, training, tourism, educational program.*

References

1. Ochilova H.F. Professional'noe turistskoe obrazovanie v respublike Uzbekistan. // ZHurnal «Nauchnye izvestiya», 2022. - № 29 - S.248-250.
2. Kotova S.A. Gumanizaciya obrazovaniya v prostranstve vysshego obrazovaniya na sovremennom etape // Materialy V Mezhdunarodnye Pedagogicheskie chteniya, posvyashchennye pamyati professora S.I. Zlobina, 2019. - S. 91-93.
3. Rysbekova S.T., Rysbekov T.Z., SHintimirova B.G. Gumanizaciya i gumanitarizaciya obrazovaniya - osnova ustojchivogo razvitiya obshchestva i formirovaniya miroponimaniya molodezhi // Materialy mezhdunarodnoj nauchnoj konferencii: Gumanizaciya obrazovatel'nogo prostranstva, 2016. - S. 161-168.

МЕТОДИКА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПОМОЩНИКОВ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ДЕТСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ НА ОСНОВЕ СЛЕДОПЫТСКОГО МЕТОДА

Муха Е.Д.

***Аннотация.** В статье представлена методика подготовки помощников вожатых и руководителей по методу направленного взаимодействия коллектива взрослых с коллективом детей в рамках большой развивающей игры в Следопытов, организованной детским общественным объединением «Федерация Следопытов России» и лично автором метода.*

***Ключевые слова:** следопытский метод, помощники руководителей, Федерация Следопытов России, спортивно-оздоровительные туризм.*

Введение.

В Федерации Следопытов России (ФСР) в целях повышения уровня профессиональной компетентности руководителей и вожатых, есть объединение, названное «Курс Опытного Следопыта» (сокращенно КОС), в него входят активные ребята в возрасте от 15 лет, которые желают развиваться в следопытской сфере, создавать и проводить мероприятия, совершенствоваться в знаниях по специальностям Следопытов и в будущем, возможно, становиться вожатыми и инструкторами. При обучении на данных курсах основным методом является следопытский метод, автором которого является старший следопыт Владимир Петрович Васильев и концепции командообразования и сплочения педагогического коллектива.

Следопытский Метод применяется в работе с детьми и молодежью в работе детских лагерей, баз отдыха, на учебно-тренировочных сборах и в деятельности педотрядов, детских клубов и курсов подготовки вожатых и инструкторов. Следопытский метод — это процесс совместного личностного развития, в котором взрослые помогают детям, а дети — взрослым, то есть члены «Курса Опытного Следопыта» осуществляют помощь руководителем объединений, организаторам мероприятий в работе над общей идеей, помогают в проведении выездов и проводят тренинги. Летом на сменах, мы учимся взаимодействовать со старшими, учимся понимать младших, учимся слышать себя и своего товарища. Подставить плечо ближнему в трудной ситуации — Закон для настоящих Следопытов, оставляющих свой след в этом мире. Свою деятельность «Курс Опытного Следопыта» ведет в течение года и является уникальным

примером объединения детей на добровольных началах, что в наше время становится большой редкостью.

Основная часть.

В 1983 году Васильевым Владимиром Петровичем была основана программа «Город Мастеров», уже в 1998 году по этой программе начал работать детский лагерь, в 2010 году состоялась первая учредительная конференция Федерации Следопытов России. В рамках Федерации Следопытов России проходит много курсов:

Клуб «Рубеж». Объединение в составе ФСР для мальчиков и девочек в возрасте от 11 до 14 лет. Ребята меньшего возраста могут участвовать в деятельности клуба, по согласованию с руководителями объединения.

Цели клуба «Рубеж»:

- Получение новых знаний и умений по следопытским специальностям;
- Культурное и духовное развитие;
- Хорошее воспитание;
- Полезные навыки;
- Создание клуба следопытов и старших ребят "Города Мастеров";
- Поддержание общения в "Городе Мастеров".

Курсы Опытных Следопытов. Участниками объединения являются следопыты ФСР. Программа деятельности объединения основана на создании условий и возможностей, по выполнению требований необходимых для присвоения звания Опытный Следопыт или Следопыт-Инструктор.

Отряд «Муравейник» трёхгодичное обучение в школе вожатых для совершеннолетних участников программы.

Все эти курсы объединяет Следопытский Метод.

В Следопытском Методе система освоения знаний и практических навыков по специальностям Следопытов, а также процесс личностного роста организованы через деятельность патрулей, отрядов, клубов, секций и курсов. Цели Следопытского Метода в ФСР:

На уровне личности цель — формирование самостоятельной, здоровой в физическом и нравственном смысле личности, ответственной за свое гармоничное развитие, здоровье, образование, (будущую) семью и положение в обществе, а также активную гражданскую позицию. Важно, что эта цель — общая у детей и у взрослых, объединяющая их и помогающая взаимодействовать, не разделяя на субъектно-объектные отношения.

Говоря проще, не разделяющая на обучающего и обучаемого. Данная цель несет комплексную и сильную оздоровительную, личностно-формирующую, воспитательную и обучающую функции. Следопытский Метод реализует все эти компоненты в направлении гармоничного личностного развития в условиях близости к живой природе.

На основе Следопытского метода ребятам, которые состоят в «Курсе Опытного Следопыта», освещаются такие аспекты как следопытство, туризм и организация мероприятий. Так как ребятам часто приходится выступать на публике, важным пунктом в их обучении является ораторское искусство. Умение правильно говорить необходимо нам во всех областях нашей жизни.

Следопытская жизнь полна душевных бесед и серьезных разговоров, объяснений и вдохновляющих историй, сказок перед сном и легенд у костра. Следопыту необходимо владеть навыками публичных выступлений (например, у Дружинного Костра на Экваторе), уметь чётко и правильно формулировать, (объяснять правила испытаний или специальностей), анализировать события и уметь сжато и интересно рассказывать самое важное. Вызывать удивление, интерес, не рассказывать только то, что и так всем очевидно. Смех создаёт особую атмосферу, разряжает сложные ситуации, даёт возможность аудитории встряхнуться и найти сил слушать дальше.

Важным аспектом так же является возраст слушателей и их способности. У каждого возраста свои особенности, сильные и слабые стороны, которые нужно учитывать перед тем, как работать с определённым возрастом. Так, например, возраст 6-8 лет имеет характерные черты такие как подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо. Также они быстро загораются каким-либо делом, реагируют на все необычное, яркое, но также быстро могут потерять к нему интерес. Отсюда второй вывод – смена деятельности!

Лидерство, не мало важный пункт в обучении «Курса Опытных Следопытов». Ребята должны понимать, что не каждому дано быть лидером, зато многим доверяют руководительские посты, доверяют за надежность, за ответственность, за накопленный опыт. И если у природных лидеров есть изначальные способности увлекать за собой других, то многим другим руководителям приходится изучать много информации, чтобы стать хорошим руководителем. И если честно, то и те, кому лидерство и управление дается легко, должны учиться понимать людей, тренировать свои навыки разрешения конфликтов, выбирать верные цели и многое другое.

1. Если трудно с ответами, обратись к старшим товарищам, к руководителю, отложи вопрос и задай его себе позже. Мы меняемся каждый день, и что было сложным вчера, завтра возможно станет понятным.

2. Формируй свой авторитет. Настоящий авторитет зарабатывается делами.

3. Если есть ошибки, признавай, в этом больше смелости и силы, чем пытаться оправдаться.

4. Следуй Законам и Заповедям следопытов.

Ребят знакомят с вербальными и невербальными средствами оратора.

Рассказывают, что относится к вербальным средствам общения — это язык, речь, сопутствующие речи паузы, темп речи, ритм, качества голоса (сила, тембр, тональность и др.).

А что относят к невербальным средствам, которые используются для формирования положительного имиджа личности, корректировки или изменения своего образа в глазах других людей, относятся рост, телосложение и другие особенности физического облика, выражение глаз, направление взгляда, мимика, пантомимика (поза, осанка, положение головы, жесты), одежда, ее стиль (манера одеваться), прическа, косметика и т.д. А также знакомят с основными качествами убеждающей речи, такими как богатство речи (это максимальное использование разнообразных средств языка, которые необходимы для эффективной передачи информации), лаконичность речи (достигается точным выражением мыслей, наличием четких формулировок, отсутствием лишних слов, не несущих информации, отсутствием многословия и лишних, неуместных мыслей.)

Вывод

Итак, в завершении данной статьи можно сделать вывод что Следопытский Метод очень актуален в обучении и работе с разными коллективами. Следопытский метод является основой взаимодействия коллектива взрослых с коллективом детей. Следопытский Метод реализует все компоненты в направлении гармоничного личностного развития в условиях близости к живой природе. ФСР проводит слёт целью которого является в том числе обмен опытом с другими организациями в сфере, рассматриваемой в данной статье, подробности и возможности по участию можно уточнить у автора статьи и по официальным каналам ФСР.

Литература

1. Статья «Понятие Следопытского метода»
<https://vk.com/@clubfsr-sledmed>

2. Главная страница | ФСР <https://clubfsr.ru/>

3. Кто такие Следопыты? <https://ivbg.ru/7988787-kto-takie-sledopyty.html>

4. Алексеева И.С., Васильев В.П., Самуйлова П.В. Курс опытного следопыта. Санкт-Петербург, 2018г.- 126 с.

5. Следопыт. Журнал Федерации Следопытов России под редакцией О.Васильевой, П. Самуйловой, № 6, 34 стр., илл., 2021г.

Муха Екатерина Дмитриевна, e-mail: ekaterina559mukha@yandex.ru, Россия, Москва.

METHODOLOGY OF PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL TRAINING OF ASSISTANTS TO THE HEADS OF THE CHILDREN'S ASSOCIATION BASED ON THE INVESTIGATIVE METHOD

Mukha Ekaterina Dmitrievna, e-mail: ekaterina559mukha@yandex.ru, Russia, Moscow.

Abstract. *The article presents a method of training assistant counselors and supervisors by the method of directed interaction of a group of adults with a group of children in the framework of a large educational game of Pathfinders organized by the children's public association "Federation of Pathfinders of Russia" and personally the author of the method.*

Keywords: *investigative method, assistant managers, Federation of Pathfinders of Russia, sports and health tourism.*

References

1. Article "The concept of the investigative method" <https://vk.com/@clubfsr-sledmed>
2. Home page | FSR <https://clubfsr.ru/>
3. Who are Pathfinders? <https://ivbg.ru/7988787-kto-takie-sledopyty.html>
4. Alekseeva I.S., Vasiliev V.P., Samuilova P.V. The course of an experienced pathfinder. St. Petersburg, 2018- 126 p.
5. The pathfinder. Journal of the Federation of Pathfinders of Russia edited by Fr .Vasilyeva, P. Samuilova, No. 6, 34 p., fig., 2021.

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ КУРСА ОПЫТНЫХ СЛЕДОПЫТОВ КАК ПРИМЕР ПОДРОСТКОВОГО МОРАЛЬНО-НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ В ОБЩЕСТВЕННОМ ОБЪЕДИНЕНИИ

Николаева В.А.

Аннотация. В данной статье рассматривается Структура Федерации Следопытов России, а также входящие в ее состав объединения. Наибольшее внимание уделено Курсу Опытного Следопыта, его программа направлена на морально-нравственное воспитание подростков и передаче им теории организации мероприятий и осуществлению практики по этой теме, а также повышения туристических навыков.

Ключевые слова: Федерация Следопытов России (ФСР), Курс Опытного Следопыта (КОС), Следопытство.

Введение. Федерация Следопытов России – детское и молодёжное общественное объединение. Осуществляет воспитание следопыта в содружестве с семьей, в тесном единстве с лагерями, работающими по программе «Город Мастеров», совместно с творческими, образовательными, спортивными, оборонными, патриотическими и другими общественными организациями, и государственными учреждениями Российской Федерации. Следопытское движение – международное объединение следопытов и следопытских организаций.

Основная часть. Структура ФСР включает в себя отделы и курсы, основная деятельность которых осуществляется подростками или для подростков.

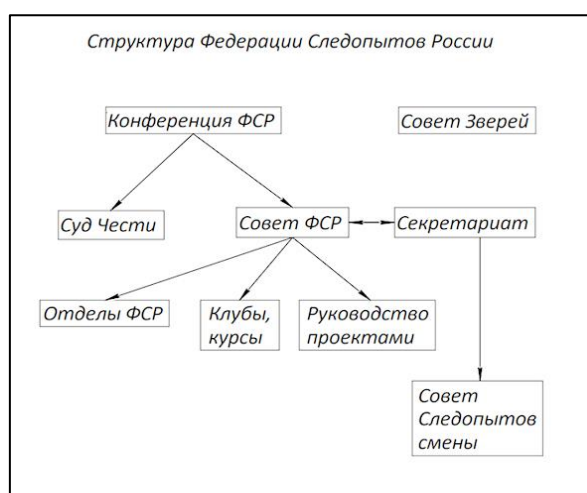


Рисунок 1 – Структура Федерации Следопытов России

Высшим органом Федерации Следопытов России является Ежегодная Конференция ФСР, она выбирает состав Совета ФСР, формирует и утверждает календарный план.

Совет ФСР – организует деятельность между Конференциями: контролирует работу отделов и клубов, осуществляет кураторство над мероприятиями, проходящими в рамках ФСР, а также поддерживает связь с другими организациями. Совет включает в себя взрослую и детскую части. В соответствии с Следопытским методом, который подразумевает под собой работу коллектива взрослых с коллективом детей, равное соотношение в Совете взрослых и детей позволяет осуществлять деятельность организации таким образом, чтобы она была интересна и полезна для всех.

На данный момент существует 3 действующих отдела ФСР:

- Информационный отдел. Этот отдел включает в себя группу Федерации Следопытов России ВКонтакте, сайт Федерации Следопытов России, а также журнал «Следопыт». Большая часть редакторов, дизайнеров, журналистов и фотографов – дети и подростки. Этот отдел позволяет с юных лет заниматься журналистской и редакторской деятельностью, попробовать себя и возможно в дальнейшем связать с этим свою жизнь.

- Отдел «Внешний связи» занимается поиском организаций-партнеров, предлагает им сотрудничество. Участие в отделе помогает развить коммуникативные и деловые навыки.

- Отдел «Редакционная коллегия» ведет работу над проверкой и редактурой методических пособий, которые выпускаются в ФСР и «Городе Мастеров».

Клубы и Курсы в составе ФСР направлены на осуществление деятельности детских, подростковых и молодежных коллективов в межсезонный период. К клубам и курсам относятся Клуб «Рубеж», Курс Опытного Следопыта (КОС), отряд вожатых и инструкторов «Муравейник» и Курсы вожатых и инструкторов «Муравейник». «Рубеж» и КОС – курсы проводящиеся для детей и подростков.

- Клуб «Рубеж» – курс, направленный на личностное и творческое развитие для всех желающих участников программы «Город Мастеров» от 11 лет. Участие в нем дает возможность самовыражения через творчество во всех его проявлениях, а также развитие лидерских качеств.

Курс Опытного Следопыта – курс для подростков, реализующийся в рамках Федерации Следопытов России. Главная цель Курса для его участников (подростков от 15 лет) – получение звания Опытный Следопыт или Следопыт-Инструктор. Для получения этих званий должны быть выполнены определенные нормативы, например, для получения звания Опытный Следопыт, кандидат должен являться Следопытом не менее 2 лет и иметь 6 нашивок специальностей «Города Мастеров». Для получения

нашивок так далее есть определенные требования, такие как знание определенной теории и выполнение практической части. Нашивки разделены по категориям на туристические, творческие и прочие.

Таким образом участие в Курсе Опытного Следопыта дает возможность участникам выполнить необходимые нормативы для получения звания. Помимо этого, сам процесс прохождения курса влияет на подростков.

Программа курса включает в себя 3 блока: Следопытство, организация мероприятий и туризм.

При изучении блока Следопытство участники курса глубже погружаются в эту тематику, знакомятся с историей следопытского движения, следопытским методом, структурой ФСР, подробнее разбирают и анализируют законы и заповеди следопытов. Следопытство в первую очередь помогает в морально-нравственном воспитании, так как те законы и заповеди, по которым живут следопыты, гласят о простых истинах, которым учат всех людей с самого детства, например, что важно помогать ближним, беречь природу, не врать, уважать чужую собственность и так далее. Следопытство же напоминает подросткам об этих вещах, не навязывая их, ведь становится Следопытом или нет – выбор каждого кандидата.

Блок организации мероприятий преподносится не только теоретически. В течении прохождения этой части программы у участников есть задания, предполагающие подготовку проведения туристического тренинга по патрулям (группам из 2-5 человек) и разработку своего мероприятия, которое может быть осуществлено в лагере или ФСР в парах. Помимо заданий в рамках курса участников КОСа охотно привлекают к помощи в проведении мероприятий ФСР. Также отряд КОС берет на себя роль организаторов ежегодного мероприятия «Праздник Первого Костра», при организации в полной мере проявляются навыки, полученные при изучении блоков организации мероприятий и туризма.

Туризм изучается и практикуется на Курсе не только для получения туристических нашивок. Участники курса в большинстве своем заинтересованы именно этой тематикой, они с удовольствием участвуют в походах, помогают инструкторам в проведении тренингов для более младших товарищей. На курсе туристические тренинги проводятся на более сложном уровне, чем на сменах в лагере.

По мере прохождения Курса подростки не только получают новую информацию и совершенствуют навыки, помимо этого они учатся работать в коллективе, развивать коммуникативные навыки до такой степени, чтобы суметь самостоятельно организовать деятельность группы без участия и руководства взрослых.

Выводы. Таким образом участие в Федерации Следопытов России и

Курсе Опытного Следопыта воспитывают в подростках самостоятельность, умение выстраивать отношения в коллективе. Все приобретенные навыки могут быть использованы не только в рамках одной организации, но и в дальнейшей жизни подростков, помочь найти наиболее интересную сферу и направление деятельности.

Литература

1. Алексеева И.С., Васильев В.П., Самуйлова П.В. Курс опытного следопыта. Санкт-Петербург, 2018г.- 126 с.
2. Следопыт. Журнал Федерации Следопытов России под редакцией О. Васильевой, П. Самуйловой, № 5, 34 стр., илл., 2019г.

Николаева Валерия Алексеевна, lera-230401@mail.ru, Россия, Москва.

IMPLEMENTATION OF THE PROGRAM OF THE COURSE OF EXPERIENCED PATHFINDERS AS AN EXAMPLE OF ADOLESCENT MORAL EDUCATION IN A PUBLIC ASSOCIATION

Nikolaeva Valeriia Alekseevna, lera-230401@mail.ru, Russia, Moscow.

Abstract. This article examines the structure of the Federation of Pathfinders of Russia, as well as its constituent associations. The greatest attention is paid to the Course of an Experienced Pathfinder, its program is aimed at the moral education of adolescents and the transfer to them of the theory of organizing events and practicing on this topic, as well as improving tourist skills.

Keywords: Federation of Pathfinders of Russia (FPR), the Course of an Experienced Pathfinder (CEP), Investigative research.

References

1. Alekseeva I.S., Vasiliev V.P., Samuilova P.V. Kurs opitnogo sledopita. Saint-Petersburg, 2018. - 126 p.
2. Sledopit. Jurnal Federacii Sledopitov Rossii pod redakciey O. Vasilievoi, P. Samuilovoi, № 5, 34 p., 2019.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА РАЗДЕЛЕНИЯ ВНИМАНИЯ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЗАВЯЗЫВАНИЮ УЗЛОВ, ПРИМЕНЯЕМЫХ В ТУРИЗМЕ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ОСТАТОЧНЫХ ЗНАНИЙ У НОВИЧКОВ

Сыроежин А.С.

***Аннотация.** В статье рассматривается способ повышения уровня остаточных знаний, при обучении завязыванию узлов, применяемых в туризме. Для повышения уровня остаточных знаний используется метод разделения внимания, когда обучающийся в процессе совершенствования навыка, наряду с выполнением упражнения, выполняет действие, не связанное с данным упражнением, что приводит к практически полному автоматизму при совершении данного действия и более прочному его фиксации.*

***Ключевые слова:** туризм, метод разделения внимания, узлы, остаточные знания.*

***Актуальность.** Умение быстро и правильно завязывать узлы во время занятий туризмом, может напрямую влиять на безопасность прохождения маршрутов в природной среде. Поэтому первоочередной задачей является повышение уровня остаточных знаний.*

***Цель работы:** повышение уровня остаточных знаний, после обучения завязыванию узлов, применяемых в туризме.*

***Гипотеза исследования.** Применение метода разделения внимания может повысить уровень остаточных знаний, после обучения завязыванию узлов, применяемых в туризме.*

***Испытуемые.** Люди без опыта занятий туризмом, не владеющие техническими умениями и навыками спортивного туризма. Возраст испытуемых от 25 до 30 лет.*

Для проведения педагогического эксперимента нами было отобрано 40 испытуемых, которые были поделены на две группы: контрольную (КГ) и экспериментальную (ЭГ). Обе группы проходили обучение завязыванию узлов, применяемых в туризме. Количество узлов в обеих группах составило 14 штук, название узлов представлены далее в таблицах. Обе группы прошли предварительное обучение до полного освоения данных узлов. После обучения было произведено тестирование в обеих выборках, для определения скорости завязывания узлов и сравнение выборок по уровню владения, полученными навыками. В дальнейшем в обеих группах проходили занятия по совершенствованию техники и скорости, завязывания освоенных узлов. Все испытуемые выполнили одинаковое количество попыток завязывания каждого узла, с единственной разницей, что экспериментальная группа выполняла все попытки, с применением

метода разделения внимания. Суть метода в данной работе заключалась в том, что участники во время вязания узла, должны были читать вслух книгу.

В дальнейшем обеим группам было предложено в течение двух месяцев не предпринимать попыток завязывания узлов. По истечении двух месяцев были протестированы полученные остаточные знания. Обеим выборкам было предложено завязать, изученные узлы, с фиксацией времени. Остаточные знания оценивались от 0 до 2-х баллов, где:

- 0 – не завязанный узел;
- 1 – неправильно завязанный узел;
- 2 – правильно завязанный узел.

Для того, чтобы зафиксировать время завязывания узла, который был забыт, узел показывался заново, после чего участник повторял попытку.

После проверки скорости завязывания узлов было выявлено, что обе группы показывают примерно равные результаты по среднему значению (Рисунок 1). Среднеквадратичное отклонение в обеих выборках примерно одинаковое и имеет невысокие значения, что свидетельствует об однородности групп по исследуемому параметру (Таблица 1).

Таблица 1 – Результаты тестирования групп после обучения и по прошествии двух месяцев

Узел	КГ после обучения, $c \pm \sigma$	ЭГ после обучения, $c \pm \sigma$	КГ через 2 месяца, $c \pm \sigma$	ЭГ через 2 месяца, $c \pm \sigma$
Прямой	15 \pm 1,98	16 \pm 1,92	30 \pm 3,07	20 \pm 2,56
Шкотовый	16 \pm 1,88	15 \pm 2,01	26 \pm 2,52	19 \pm 2,67
Академический	15 \pm 1,29	14 \pm 1,41	31 \pm 2,22	21 \pm 1,54
Брам-шкотовый	15 \pm 1,90	15 \pm 1,44	31 \pm 1,73	23 \pm 1,64
Простой проводник	17 \pm 1,71	16 \pm 1,59	27 \pm 2,13	24 \pm 2,33
Проводник восьмерка	18 \pm 1,15	18 \pm 1,31	43 \pm 4,80	31 \pm 2,73
Австрийский проводник	15 \pm 1,20	15 \pm 1,48	36 \pm 6,51	26 \pm 1,12
Булинь	13 \pm 1,45	14 \pm 1,20	30 \pm 4,66	23 \pm 2,38
Стремя одним концом	18 \pm 1,10	18 \pm 1,21	99 \pm 19,51	31 \pm 2,41
Штык	19 \pm 1,10	19 \pm 1,01	64 \pm 2,41	35 \pm 2,50
Встречный	22 \pm 1,64	22 \pm 1,53	95 \pm 15,57	41 \pm 1,25
Встречная восьмерка	27 \pm 2,18	26 \pm 2,14	195 \pm 32,39	57 \pm 7,26
Схватывающий	13 \pm 1,97	12 \pm 1,83	54 \pm 4,56	22 \pm 1,68
Грейпвайн	22 \pm 2,44	21 \pm 2,25	86 \pm 9,53	52 \pm 6,21

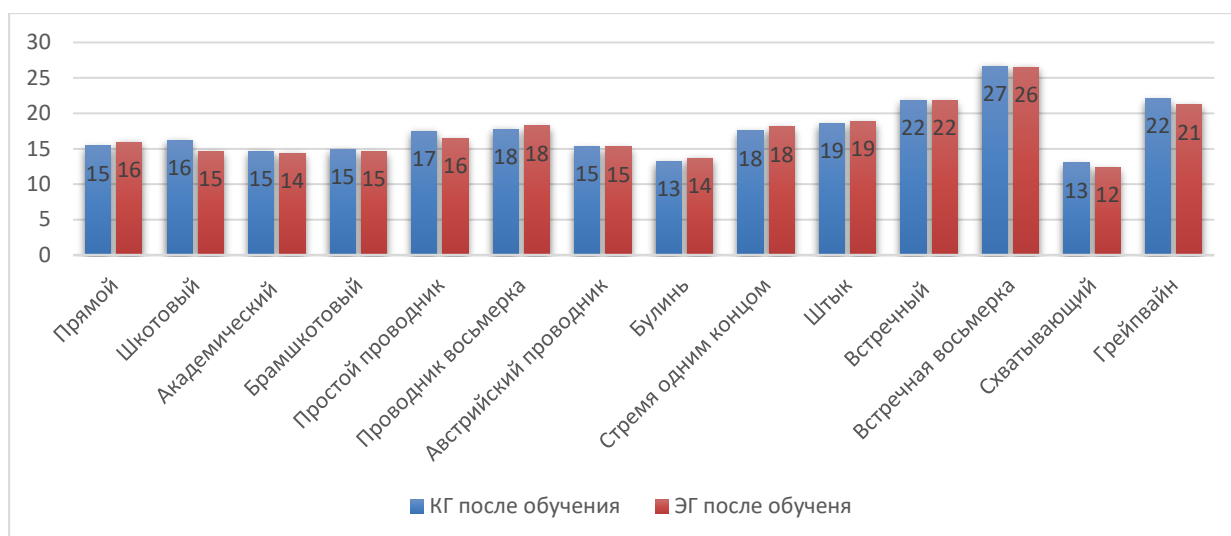


Рисунок 1 - Результаты тестирования скорости завязывания узлов после обучения в сек.

Межгрупповое сравнение по t-критерию для независимых выборок показало, что между КГ и ЭГ отсутствуют статистически значимые различия, так как $t\text{-расчетное}=0,1505$, что меньше $t\text{-критического}=1,7108$.

Результаты тестирования по прошествии двух месяцев после окончания обучения показали, что скорость завязывания узлов в контрольной группе значительно снизилась, по сравнению с экспериментальной группой (Таблица 1). Снижение скорости завязывания узлов произошло и у ЭГ, что закономерно, так как участники обеих групп на протяжении двух месяцев не поддерживали навык вязания узлов (Рисунок 2).

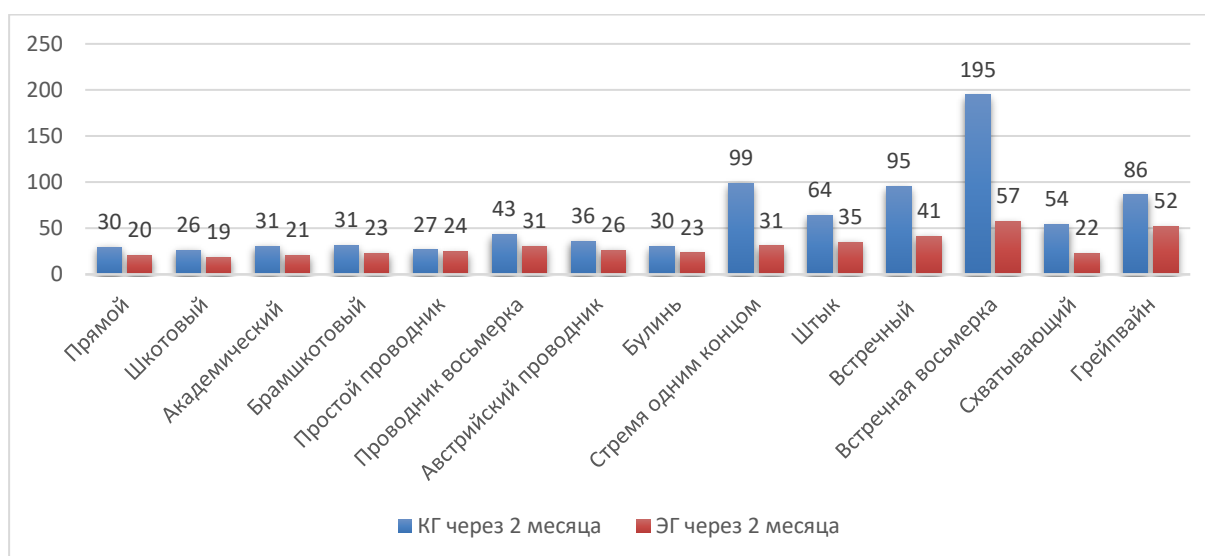


Рисунок 2 - Результаты тестирования скорости завязывания узлов через два месяца после завершения обучения в сек.

Межгрупповое сравнение по t-критерию для независимых выборок показало, что между КГ и ЭГ существуют статистически значимые различия, так как $t_{\text{расчетное}}=4,5412$ выше $t_{\text{критического}}=1,7822$. Это дает основание утверждать, что обучение в ЭГ проходило более эффективно, чем в КГ.

Тестирование выборок на остаточные знания показало, что в ЭГ участники помнят значительно больше узлов, чем в КГ (Рисунок 3). Правильность завязывания узлов экспериментальной группой значительно выше, чем контрольной (Таблица 2).

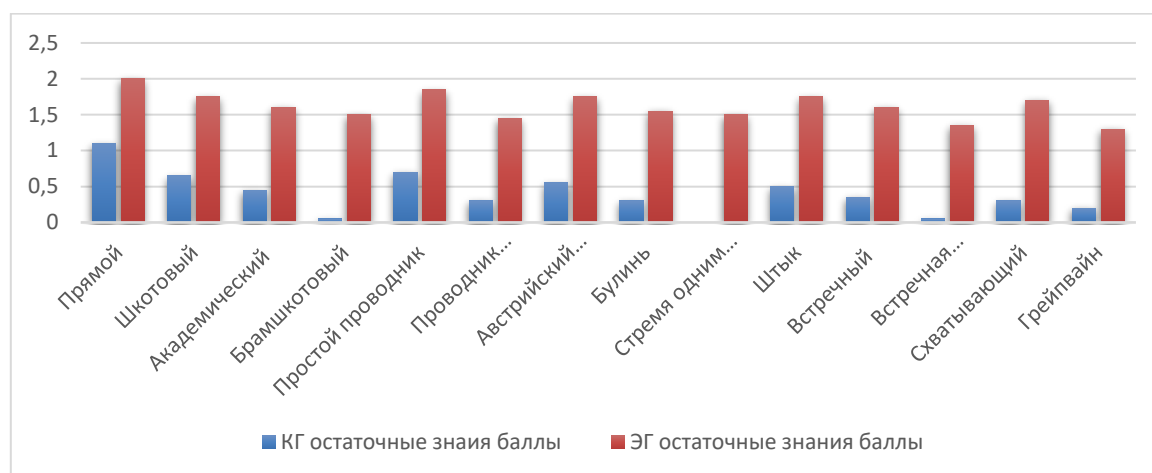


Рисунок 3 - Результаты тестирования групп на остаточные знания в баллах

Таблица 2 – Результаты тестирования остаточных знаний по завязыванию узлов через два месяца после завершения обучения

Узел	КГ остаточные знания баллы	ЭГ остаточные знания баллы
Прямой	1,1	2
Шкотовый	0,65	1,75
Академический	0,45	1,6
Брамшкотовый	0,05	1,5
Простой проводник	0,7	1,85
Проводник восьмерка	0,3	1,45
Австрийский проводник	0,55	1,75
Булинь	0,3	1,55
Стрема одним концом	0	1,5
Штык	0,5	1,75
Встречный	0,35	1,6
Встречная восьмерка	0,05	1,35
Схватывающий	0,3	1,7
Грейпвайн	0,2	1,3

На основании полученных данных можно утверждать, что участники контрольной группы без поддержания навыка, в большинстве своём, либо совершенно забыли многие узлы, либо вяжут их с ошибками. В то же время, участники экспериментальной группы помнят значительную часть узлов и правильное их завязывают. Это может свидетельствовать о том, что использование метода разделения внимания, способно сформировать более устойчивые навыки, что влияет на остаточные знания и подтверждает нашу гипотезу.

Вывод. Применение метода разделения внимания в процессе обучения новичков завязыванию узлов, значительно повышает усвоение и закрепление полученных навыков.

Литература

1. Сыроежин, А.С. Формирование базовых навыков работы с альпинистской веревкой у студентов технических вузов в вариативной части физического воспитания [Электронный ресурс] // Инновации и пат. ГЦОЛИФК: материалы итоговой науч.-практ. конф. проф.-преподават. состава РГУФКСМиТ, 16 нояб. 2017 г. / М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2017. - С. 99-104.

2. Сыроежин, А.С. Формирование спортивно-прикладных туристских навыков у школьников подросткового возраста в вариативной части программы по физической культуре / Сыроежин Андрей Сергеевич, Балчирбай Мира Васильевна // Экстрем. деятельность человека. - 2015. - № 1. - С. 68-71. URL: [HTTP://lib.sportedu.ru/Press/Extreme/2015N1/p68-71.pdf](http://lib.sportedu.ru/Press/Extreme/2015N1/p68-71.pdf)

Сыроежин Андрей Сергеевич – старший преподаватель, e-mail: elonodik@yahoo.com, Россия, Москва, Российский университет спорта «ГЦОЛИФК».

APPLICATION OF THE METHOD OF DIVIDING ATTENTION IN TEACHING TYING KNOTS USED IN TOURISM TO INCREASE THE LEVEL OF RESIDUAL KNOWLEDGE AMONG BEGINNERS

Syroezhin Andrey Sergeevich, senior lecturer, e-mail: elonodik@yahoo.com, Russia, Moscow, Russian University of Sports.

Abstract. *The article discusses a way to increase the level of residual knowledge when teaching tying knots used in tourism. To increase the level of residual knowledge, the method of dividing attention is used, when a student in the process of improving a skill, along with performing an exercise, performs an action unrelated to this exercise, which leads to almost complete automatism when performing this action and more firmly fixing it.*

Keywords: *tourism, the method of dividing attention, nodes, residual knowledge.*

References

1. Sy`roezhin, A.S. *Formirovanie bazovy`x navy`kov raboty` s al`pinistskoj verevkoy u studentov texnicheskix vuzov v variativnoj chasti fizicheskogo vospitaniya [E`lektronny`j resurs] // Innovacii i pat. GCzOLIFK: materialy` itogovoj nauch.-prakt. konf. prof.-prepodavat. sostava RGUFKSMiT, 16 noyab. 2017 g. / M-vo sporta RF, Feder. gos. byudzh. obrazovat. uchrezhdenie vy`ssh. obrazovaniya "Ros. gos. un-t fiz. kul`tury`, sporta, molodezhi i turizma (GCzOLIFK)". - M., 2017. - S. 99-104.*
2. Sy`roezhin, A.S. *Formirovanie sportivno-prikladny`x turistskix navy`kov u shkol`nikov podrostkovogo vozrasta v variativnoj chasti programmy` po fizicheskoy kul`ture / Sy`roezhin Andrej Sergeevich, Balchirbaj Mira Vasil`evna // E`kstre. deyatel`nost` cheloveka. - 2015. - № 1. - S. 68-71. URL: [HTTP://lib.sportedu.ru/Press/Extreme/2015N1/p68-71.pdf](http://lib.sportedu.ru/Press/Extreme/2015N1/p68-71.pdf)*

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕКРЕАЦИЯ, СПОРТИВНЫЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ

УДК 706.922

РОЛЬ МЕРОПРИЯТИЯ РЕКРЕАЦИОННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ГАНДБОЛЬНЫХ АРБИТРОВ, УЧАСТВУЮЩИХ В ОБУЧАЮЩИХ СЕМИНАРАХ

Диденко А.С., Андропова Е.М.

***Аннотация.** В этой статье автором рассматривается важность и необходимость внедрения мероприятия рекреационной направленности для гандбольных арбитров. Изучаются способы достижения максимального восстановления в ходе обучающих семинаров. Итогом работы является ряд предложений по внедрению различных мероприятий рекреационного характера.*

***Ключевые слова:** мероприятие, физическая рекреация, гандбольный арбитр, обучающий семинар, тимбилдинг.*

Введение

Современный гандбол, представляющий собой гармоническое сочетание быстроты действий, высокоразвитых атлетических качеств и доведенной до совершенства техники, предъявляет высокие требования к гандбольным арбитрам.

Одним из таких требований является хорошая, предсезонная подготовка. Организация предсезонной подготовки арбитров находится в тесной связи с построением календаря соревнований. В последние годы календарь соревнований по гандболу формируется по системе осень – весна естественно, что у арбитров летом наступает относительная передышка. Однако именно в это время должен быть заложен фундамент готовности проведения соревнований нового сезона. Многочисленные наблюдения показывают, что и спортсмены, и арбитры быстро теряют спортивную форму, если на продолжительный период полностью прекращают какие-либо занятия. А войти в форму легко и быстро удастся далеко не всегда [5].

Существует два вида обучающих семинаров для арбитров по гандболу. Одни направлены на изучение теоретической части и подразумевают большую умственную нагрузку. Вторые – это применение теоретических знаний на практике. На семинарах судьи подвержены большой физической и психологической нагрузке, ведь в графике этих мероприятий совсем не предусмотрено время на перерывы, в которые можно восстановиться. По отзывам самих арбитров, принимающих

участие в этих семинарах, можно отметить, что внедрение мероприятий рекреативной направленности хорошо скажутся на их результативности.

Основная часть

Термин «рекреация» означает активный отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда, учебы, тренировочных занятий или соревнований и приносящий удовлетворение, удовольствие и благополучие. В то же время физическая рекреация относится к той сфере деятельности, в которой должны быть осведомлены и специалист, и каждый отдельный человек [1;4].

Мероприятия рекреационной направленности будут носить разный характер, исходя из того, на выполнение какого рода работы направлен семинар. Для семинара, затрагивающего изучение теории, подойдут те, что направлены на умственный отдых, а для семинара, где судьи в основном подвержены физической нагрузке – подойдут мероприятия с умеренной физической нагрузкой, что позволит не «остыть» в период отдыха от основной программы.

Данное исследование направлено на решение проблем, связанных с проведением теоретических семинаров для гандбольных арбитров. Так как данные семинары, проходят в сжатые сроки и несут большой объем информации, помимо усвоения теоретической части, судьям необходимо успешно сдать нормативы для допуска к соревнованиям.

Для реализации задуманного, одной из составных частей комплекса рекреационно-оздоровительных услуг, является тимбилдинг.

Тимбилдинг – это комплекс действий, направленных на повышение эффективности команды во имя достижения общих целей. Команда существует для того, чтобы позволить компании расти, масштабироваться и процветать. Здесь все работают сообща, и каждый понимает свою роль [6].

Для достижения максимального восстановления в период перерыва между выполнением физических и умственных нагрузок нами было рассмотрено несколько мероприятий, таких как: «шерстяной тимбилдинг», «общая картина» и «сними клип».

«Шерстяной тимбилдинг» – суть заключается в перекидывании друг другу мягких мотков шерсти любому из участников действия, при этом следует удерживать саму нить у себя. Важным фактором является то, что у одного человека в руках может быть не более одного мотка. Панно, полученное в ходе тимбилдинга, будет указывать на важную связь всех участников данного мероприятия и поможет сплотить коллектив.

«Общая картина» - в этом тимбилдинге идет разделение на команды вплоть до 6 участии участников. Каждая творческая группа создаст собственный шедевр (один на команду). Сколько команд — столько картин. Итогом мероприятия будет настоящее биеннале из нескольких

картин с разным сюжетом в красивых багетах. Их разместят на мольбертах во время презентации и защиты проекта.

«Сними клип» - Внутри каждой команды распределяются роли, с последующим обучением выбранной “профессии”. К примеру, любой может стать видеорежиссером, музыкантом или танцором. Далее, команды демонстрируют полученные навыки на выступлениях, которые снимаются операторами. Каждая команда за определенное время должна подготовить танец продолжительностью не более трёх минут под выбранную ими музыку. Завершением действия будет являться представление танцев команд для всех остальных участников мероприятия.

Все три мероприятия направлены на разгрузку центральной нервной системы и подразумевают под собой двигательную и умственную активность, что поможет обеспечить ускорение процессов встраивания, мобилизует ресурсы для продолжения рабочего дня.

Основная мысль предлагаемой концепции заключается в создании нужного физического состояния, обеспечивающего обычное функционирование человеческого организма. В данной концепции основной упор делается на биологическую сторону физической рекреации - воздействие на организм человека. Остальные же стороны: познавательная, культурологическая, коммуникативная, - рассматриваются как сопутствующие решению главной задачи.

Выводы

Физическая рекреация представляет собой органичную часть физической культуры, нерегламентированную двигательную активность, которая направлена, в конечном счете, на оптимизацию физического состояния человека, нормализацию функционирования его организма в конкретных условиях жизни. Данное состояние достигается благодаря специализированной двигательной активности, за счет которой человек удовлетворяет потребности в движении, активизирует жизненно важные функции организма, компенсирует сниженные функции организма, укрепляет иммунитет [2].

Для более успешного освоения и дальнейшей реализации, полученных знаний на практике, необходимо внедрение комплекса услуг рекреационно-оздоровительной направленности в организацию проведения обучающих семинаров.

Литература

1. Большая Медицинская Энциклопедия [Электронный ресурс] / Режим доступа: <https://бмэ.орг/index.php/РЕКРЕАЦИЯ> (дата обращения 16.10.2022г.).

2. Выдрин В.М. Физическая рекреация – вид физической культуры / В.М. Выдрин //Культура физическая и здоровье. 2004. № 2. С. 18-21.
3. Гомбалева, Е.С. Физическая подготовленность гандбольного арбитра [Электронный ресурс]: вып. квалификац. работа: направление подгот. 49.03.01 / Гомбалева Евгения Сергеевна; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2017. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).
4. Лотоненко А.В. Физическая рекреация для здоровья человека и восстановления работоспособности спортсменов / А.В. Лотоненко, В.В. Трунин, А.В. Козлов, Г.Р. Гостев и др. //Культура физическая и здоровье. – 2005. – № 2 (4). – С. 7-10.
5. Цапенко В.А., Петров В.А., Сердюк Д.Г., Цапенко С.В. Подготовка судей в гандболе. Учебное пособие. – 2005. – 99 с.
6. Что такое тимбилдинг [Электронный ресурс] / Режим доступа: <https://timeweb.com/ru/community/articles/chto-takoe-timbilding> (дата обращения 17.10.2022г.).

Диденко Алексей Сергеевич, студент кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, didenko_a_s2@mail.ru, Россия, Москва, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК».

Андропова Елена Михайловна, старший преподаватель кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, andropova007@yandex.ru, Россия, Москва, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК».

THE ROLE OF RECREATIONAL ACTIVITIES FOR HANDBALL REFEREES PARTICIPATING IN TRAINING SEMINARS

Didenko Alexey Sergeevich, student of the Department of Recreation and Sports and Health Tourism, didenko_a_s2@mail.ru, Russia, Moscow, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports (GTSOLIFK).

Andropova Elena Mikhailovna, Senior lecturer of the Department of Recreation and Sports Tourism, andropova007@yandex.ru, Russia, Moscow, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports (GTSOLIFK).

Abstract. *In this article, the author discusses the importance and necessity of introducing recreational activities for handball referees. Ways to achieve maximum recovery during training seminars are being studied. The result of the work is a number of proposals for the implementation of various recreational activities.*

Keywords: *Event, physical recreation, handball referee, training seminar, team building.*

References

1. *Big Medical Encyclopedia [Electronic resource] / Access mode: <https://бмэ.орг/index.php/ПЕКТРАЦИЯ> (accessed 16.10.2022).*
2. *Vydrin V.M. Physical recreation – a type of physical culture / V.M. Vydrin //Physical culture and health. 2004. No. 2. pp. 18-21*
3. *Gombalevskaya, E.S. Physical fitness of a handball referee [Electronic resource]: issue qualifier. work: the direction of training. 49.03.01 / Gombalevskaya Evgeniya Sergeevna; Ministry of Sports of the Russia, Federal State Budget. educated. the institution is higher. education "Russian State University of Physics. culture, sports, youth and tourism (GTSOLIFK)". - M., 2017. - 1 electron. opt. disc (CD-ROM).*
4. *Lotonenko A.V. Physical recreation for human health and recovery of athletes' performance / A.V. Lotonenko, V.V. Trunin, A.V. Kozlov, G.R. Gostev, etc. //Physical culture and health. – 2005. – № 2 (4). – Pp. 7-10.*
5. *Tsapenko V.A., Petrov V.A., Serdyuk D.G., Tsapenko S.V. Training of referees in handball. Study guide. - 2005. – 99 p.*
6. *What is team building [Electronic resource] / Access mode: <https://timeweb.com/ru/community/articles/что-такое-тимбилдинг> (accessed 17.10.2022).*

МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ РЕКРЕАЦИОННО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ МИОФАСЦИАЛЬНОГО РЕЛИЗА

Ильичева О.В., Сираковская Я.В.

***Аннотация.** В исследовании доказано, что организация рекреационно-оздоровительных занятий по физической культуре со студентами - юношами 18-20 лет с использованием элементов миофасциального релиза в подготовительной части оказывает более выраженное положительное воздействие на результаты в спринтерских и прыжковых тестах, а также тестах на силу отдельных групп мышц, в сравнении с упражнениями статического и динамического стретчинга.*

***Ключевые слова:** миофасциальный релиз, стретчинг, студенты – юноши 18-20 лет, рекреационно-оздоровительные занятия, тестирование физической подготовленности.*

Введение. Интенсивные физические упражнения, выполняемые студентами в течение учебного года на элективных курсах по физической культуре, могут вызывать функциональные нарушения в различных физиологических системах, что приводит к повышенному восприятию усталости, повреждению мышц, мышечной боли, снижению мышечной силы и работоспособности [1]. С другой стороны, сидячий образа жизни во внеучебное и внутренировочное время, неправильная осанка, эмоциональное и умственное перенапряжение способны вызывать нарушения под названием миофасциальный синдром, который сопровождается болевыми и дискомфортными ощущениями в теле, а также ограничениями в подвижности опорно-двигательного аппарата при выполнении двигательного действия [2, 3].

Самостоятельный миофасциальный релиз (МФР) может в этой связи использоваться в качестве стратегии для повышения работоспособности и эффективности тренировочного процесса перед тренировкой и ускорения процесса восстановления после нее. Не смотря на то, что миофасциальный релиз активно практикуется в спорте, спортивной медицине, фитнесе, реабилитации, ряд авторов [1, 3] считает, что в настоящее время фактически отсутствует доказательная база эффективности применения МФР у различных контингентов обследуемых, так как фактические данные исследований продолжают оставаться фрагментарными, выборки в таких исследованиях малочисленны, а протоколы и методики применения упражнений самостоятельного миофасциального релиза с использованием специального инвентаря не идентичны, что существенно затрудняет практическое применение результатов [1, 2].

Таким образом, комплексных исследований, посвященных оценке эффективности использования элементов миофасциального релиза в

подготовительной части занятий по физической культуре со студентами в сравнении с применением статического и динамического стретчинга, для повышения результатов в спринтерских и прыжковых тестах, а также тестах на силу отдельных групп мышц, нами в доступных отечественных и зарубежных источниках не обнаружено, что актуализирует выбранную тему исследования.

Основные результаты исследования. В педагогическом эксперименте приняли участие студенты нефизкультурного ВУЗа 2-го и 3-го курса – юноши 18-20 лет с целью выявления эффективности предложенной методики организации оздоровительно-рекреационных занятий по физической культуре со студентами-юношами 18-20 лет с использованием элементов миофасциального релиза. Продолжительность педагогического эксперимента составила 3 месяца.

Суть педагогического эксперимента состояла в том, что в течение 3 месяцев студенты – юноши 18-20 лет в числе 30 человек занимались по идентичной программе, включающей средства общей физической подготовки, преимущественно силовой и игровой направленности.

При этом общая выборка студентов была распределена в три экспериментальные группы, учебно-тренировочные занятия которых различались только содержанием подготовительной части занятия, в остальном, объем и интенсивность нагрузки в основной и заключительной частях занятия, в части общеразвивающих упражнения подготовительной части были идентичны. В разминку ЭГ-1 была включена техника самостоятельного миофасциального релиза, включающая применение поролоновых роликов различной плотности и конфигурации, специальных массажных и теннисных мячей в течение 10-17 - ти минут. В подготовительную (разминочную) часть занятия ЭГ-2 включили упражнения статического стретчинга, в ЭГ-3 применялись упражнения динамического стретчинга.

Таким образом, основной задачей педагогического эксперимента являлся сравнительный анализ предлагаемых трех подходов в организации и содержанию подготовительной части рекреационно-оздоровительных занятия со студентами 18-20 лет.

С целью оценки эффективности методики организации рекреационно-оздоровительных занятий со студентами-юношами 18-20 лет с использованием элементов миофасциального релиза в подготовительной части занятия в сравнении с динамической и статической растяжкой, осуществлялся формирующий педагогический эксперимент, который включал два этапа тестирования – для определения исходных данных – в начале эксперимента (октябрь) и конечных данных – по завершению эксперимента (декабрь).

В Таблице 1 представлены результаты повторного тестирования студентов – юношей 18-20 лет по завершению эксперимента – спустя 3

месяца применения экспериментальной методики.

Таблица 1 - Данные повторного тестирования студентов 18-20 лет экспериментальных групп, $\bar{X} \pm \sigma$

Тест	Группы сравнения			t, p		
	ЭГ-1	ЭГ-2	ЭГ-3	ЭГ1/ЭГ2	ЭГ1/ЭГ3	ЭГ2/ЭГ3
Бег 30 м, с	4,69±0,05	5,16±0,07	4,94±0,05	4,23 p<0,01	3,51 p<0,01	3,16 p<0,05
Бег 60 м, с	8,79±0,06	9,08±0,08	8,97±0,07	4,11 p<0,01	3,55 p<0,01	1,56 >0,05
Прыжок в высоту, см	53,7±6,3	46,1±6,6	48,6±6,2	4,87 p<0,01	4,12 p<0,01	0,89 >0,05
Мощность прыжка в высоту, Вт	988±83,8	845,1±85,3	888,7±88,7	6,99 p<0,01	5,93 p<0,01	2,97 p<0,05
Прыжок в длину, см	225,9±17,5	202,9±20,5	210,4±21,4	3,88 p<0,01	2,85 p<0,05	1,67 >0,05
Тест «отведение плеча», кг	41,8±4,9	30,1±5,7	34,8±5,5	6,13 p<0,01	5,23 p<0,01	2,95 p<0,05
Тест «разгибание бедра»	65,6±5,9	55,0±6,3	58,8±5,5	5,67 p<0,01	5,28 p<0,01	2,83 p<0,05

Эффективность применения экспериментальной методики в подготовительной части занятия в сравнении со статическим и динамическим стретчингом подтверждена в ходе педагогического эксперимента в связи с установлением более выраженных статистически достоверных изменений в группе ЭГ-1: в спринтерских тестах – беге на 30 и 60 м: в ЭГ-1 в тесте 30 м результат улучшился на 8,8% (при $t=3,23$, $p<0,01$), в беге на 60 м – на 4,7% (при $t=2,86$, $p<0,05$); в ЭГ-2 результаты в данных тестах, соответственно, улучшились на 0,95% (при $t=0,11$, $p>0,05$); и 1,4% (при $t=0,32$, $p>0,05$); в ЭГ-3, соответственно, на 4% (при $t=2,77$, $p<0,05$) и 2,7% (при $t=0,82$, $p>0,05$); в ЭГ-1 по завершению эксперимента установлен статистически достоверный прирост высоты и мощности прыжка в высоту: высота прыжка увеличилась на 23,7% (при $t=5,44$, $p<0,01$), мощность – на 20% (при $t=5,21$, $p<0,01$); прирост результата в прыжках в длину составил 13,7% (при $t=4,11$, $p<0,01$). В ЭГ-2 прирост, соответственно, составили 3,4% (при $t=0,89$, $p>0,05$), 2,1% (при $t=0,67$, $p>0,05$), 0,64% (при $t=0,17$, $p>0,05$). В ЭГ – 3 установлены следующие приросты результатов в вышеуказанных тестах: высота прыжка повысилась на 10,7% (при $t=3,08$, $p<0,05$), мощность прыжка – на 7,5% (при $t=2,93$, $p<0,05$), результат прыжков в длину повысился на 5,4% (при $t=2,75$, $p<0,05$); прирост силовых возможностей в тестах «отведение плеча»

и «разгибание бедра» в ЭГ-1 за период эксперимента составил, соответственно, 51,4% (при $t=7,34$, $p<0,01$) и 24,5% (при $t=6,14$, $p<0,01$); в ЭГ-2, соответственно, 6,7% (при $t=2,96$, $p<0,05$) и 2,3% (при $t=0,76$, $p>0,05$); в ЭГ-3: 20,4% (при $t=4,22$, $p<0,01$) и 9% (при $t=3,27$, $p<0,01$).

Выводы. В ходе педагогического эксперимента подтверждена гипотеза исследования, согласно которой организация занятий по физической культуре (элективные курсы по ОФП) студентов - юношей 18-20 лет с использованием элементов миофасциального релиза в подготовительной части окажет более выраженное положительное воздействие на результаты в спринтерских и прыжковых тестах, а также тестах на силу отдельных групп мышц, в сравнении с упражнениями статического и динамического стретчинга.

Литература

1. Широкова, Е.А. Использование средств миофасциального релиза в физическом воспитании студентов высших учебных заведений / Е.А. Широкова // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. - 2018. - № 3. - С. 93-98.

2. Щадилова, И.С. Применение миофасциального релиза на учебных занятиях физической культурой в ВУЗе / Щадилова И.С., Смирнова Г.А. // В сборнике: Актуальные проблемы развития и совершенствования системы физического воспитания для подготовки специалистов в транспортной отрасли. Сборник материалов III Международной научно-практической конференции, посвящённой 90-летию кафедры «Физическая культура и спорт». Москва, 2021. - С. 220-224.

3. Karo, S., Smajlovic, N., Kajmovic, H., Covic, N., Ciric, A., Cutuk, M., & Bejdic, A. (2016). Effects of Different Stretching Protocols on Knee Muscles Strength and Power Parameters measured by Biodex Dynamometer. Tehnicki Vjesnik, 23 (1).

Ильичева О.В., кандидат биологических наук, доцент кафедры адаптивной физической культуры и спортивной медицины, Россия, Московская область, Малаховка.

Сираковская Я.В., кандидат педагогических наук, доцент, Московская государственная академия физической культуры, Россия, Московская область, Малаховка.

METHODS OF ORGANIZING RECREATIONAL AND RECREATIONAL CLASSES WITH STUDENTS BASED ON THE USE OF ELEMENTS OF MYOFASCIAL RELEASE

Ilyicheva O.V., Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Adaptive Physical Culture and Sports Medicine.

Sirakovskaya Ya.V., Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Moscow State Academy of Physical Culture, Malakhovka.

Abstract. *The study proved that the organization of recreational and recreational physical education classes with young students aged 18-20 years using elements of myofascial release in the preparatory part has a more pronounced positive effect on the results in sprinting and jumping tests, as well as tests for the strength of individual muscle groups, in comparison with static and dynamic stretching exercises.*

Keywords: *myofascial release, stretching, young students 18-20 years old, recreational and wellness classes, physical fitness testing.*

References

1. Shirokova, E.A. *The use of means of myofascial release in physical education of students of higher educational institutions* / E.A. Shirokova // *News of the Tula State University. Physical Culture. Sport.* - 2018. - No. 3. - pp. 93-98.
2. Shchadilova, I.S. *The use of myofascial release in physical education classes at the university* / Shchadilova I.S., Smirnova G.A. // *In the collection: Actual problems of development and improvement of the system of physical education for the training of specialists in the transport industry. Collection of materials of the III International Scientific and Practical Conference dedicated to the 90th anniversary of the Department of Physical Culture and Sport. Moscow, 2021.* - pp. 220-224.
3. Kapo, S., Smajlovic, N., Kajmovic, H., Covic, N., Ciric, A., Cutuk, M., & Bejdic, A. (2016). *Effects of Different Stretching Protocols on Knee Muscles Strength and Power Parameters measured by Biodex Dynamometer.* *Tehnicki Vjesnik*, 23 (1).

РОЛЬ СОРЕВНОВАНИЙ ПО РОГЕЙНУ В ПОПУЛЯРИЗАЦИИ АКТИВНОГО СЕМЕЙНОГО ОТДЫХА

Петрачева И.В.

***Аннотация.** В статье выявлены потребности занимающихся рогейном и определены особенности взаимоотношений родителей с детьми. Конкретизация организационных аспектов участия семей в соревнованиях позволила повысить их интерес к рогейну и способствовала популяризации данного вида активного семейного отдыха.*

***Ключевые слова:** активный отдых, семья, рогейн, интересы и потребности, взаимоотношения родителей и детьми.*

В настоящее время занятия физическими упражнениями на свежем воздухе становятся все более популярны и востребованы в семейном отдыхе. Подавляющее большинство организаторов, работающих в парках Москвы, стараются разнообразить досуг и удовлетворить потребности людей в разнообразии проводимых мероприятий. Для решения этой задачи в семейном отдыхе интересно проведение соревнований по рогейну, командного вида соревнований, которые близки к приключенческим гонкам. Участники соревнований за контрольное время должны набрать максимальную сумму очков, присуждаемых за нахождение и выполнение заданий на контрольных пунктах, установленных на местности и обозначенных в карте соревнований [2].

Ведущей задачей, стоящей перед соревнованиями по рогейну, является пропаганда здорового образа жизни, а Москва является крупнейшим спортивным объединением ориентировщиков с широкой сетью коллективов и большим количеством специалистов, способных организовать соревнования по рогейну на высоком уровне. Участие в соревнованиях является важным компонентом организации активного досуга родителей и детей, отвечающего их потребностям в рекреативно-оздоровительной деятельности. Перед данным исследованием ставились задачи выявления особенностей взаимоотношения родителей с детьми и определения роли соревнований по рогейну в популяризации активного семейного отдыха [1,3].

В исследовании применялись методы анализа литературных источников и интернет-источников, анкетирование ($n=36$), определения уровня эмпатии и взаимоотношений родителей с детьми участников соревнований по рогейну ($n=21$) и методы математической статистики.

По результатам анкетирования участников соревнований были определены интересы и потребности в рекреативно-оздоровительной деятельности занимающихся рогейном ($n=36$). Одной из важнейших

причин занятий рогейном является улучшение физической формы участников и расширения круга общения по интересам, 18 респондентов от общего числа отметили улучшение психоэмоционального состояния после участия их в соревнованиях. Выявлены предпочтения среди респондентов в отношении проведения соревнований рогейном для семей в парковых зонах, и среди них прежде всего близость парка от места жительства и качественная организация мероприятий в парках, что является важным при дефиците свободного времени у участников. Для популяризации и привлечения большего количества участников к соревнованиям по рогейну семей следует проводить соревнования в городских парках, так как при проведении соревнований важно качественно подойти к их организации и оценить все риски и возможные варианты развития событий. Степень развития семейного рогейна зависит от организации соревнований, от доступности и от времени года.

На период совместной семейной рекреативно-оздоровительной деятельности, во время подготовки и участия в соревнованиях по рогейну происходит активное развитие личности детей, их ценностных и жизненных ориентаций. Важным является формирование эмпатической культуры как формы развития способностей к пониманию, сопереживанию и сочувствию к другому человеку, зависящая от опыта, который ребенок получает, находясь в окружении значимых для него людей. В связи с чем участие в соревнованиях родителей с детьми оказывает значительное влияние на все происходящее в психике ребенка. Представление о другом человеке у ребенка тесно связано с уровнем собственного самосознания, развитие которого осуществляется в тесной взаимосвязи со взрослым.

Для осознания ребенком собственных эмоциональных проявлений важным является принятие или непринятие взрослым эмоциональных реакций и состояний ребенка, а также проявление поддержки со стороны взрослого. Эффективность таких видов семейного досуга, как совместная рекреативно-оздоровительная деятельность во многом объясняется в свою очередь высоким уровнем взаимопонимания между членами семьи. У участников семейных соревнований по рогейну отмечается повышенный уровень эмпатии, при том, что уровень эмпатии у людей, не занимающихся обычно составляет от 37 до 62 баллов.

В результате исследования был определен уровень взаимоотношений в семьях ($n=21$). Средний показатель эмпатии семей выше среднего показателя на 20,2 балла и составил 74,3 балла. У женщин средний показатель составил 78,2 баллов, выше по сравнению с мужчинами (65,1 баллов). Следует отметить высокий уровень эмпатии у детей (80 баллов), что свидетельствует о хороших отношениях в семьях, участвующих в соревнованиях, высоком доверии и понимании между родителями и детьми. Сочувствие и взаимопомощь способствовали слаженному и

быстрому прохождению маршрута на рогайне и укреплению взаимоотношений в семье.

Таким образом самый высокий уровень эмпатии был выявлен у детей, они чувствуют высокое доверие к родителям, могут рассчитывать на понимание и поддержку. Высокие показатели у всех членов семьи говорят о хорошем климате в семье, что благоприятно сказывается на гармоничном развитии ребёнка. Совместное участие родителей и детей в рекреативно-оздоровительной деятельности позволила сократить дистанцию между родителями и детьми, в результате чего у участников семейных соревнований по рогайну увеличилось количество детей, уверенных в родительской помощи и защите. Взаимопомощь при совместном преодолении препятствий и поддержка являются основными качествами, которые ценят участники соревнований по рогайну. Дети в таких семьях проявляют больше доверия к родителям, уверены, что могут положиться на них, а родители в свою очередь лучше узнают своего ребёнка, лучше представляют его поведение в стрессовых ситуациях.

Литература

1. Анфимова, А.Ю., Гусейнова, А.М. Структура управления и проблемы организации и проведения культурно-массовых мероприятий городского масштаба в г. Москва. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.econf.rae.ru/pdf/2015/07/4785.pdf>– Дата доступа: 30.01.2022.

2. Городские рогайны [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://kras-rogaining.ru/nashi-meropriyatiya/365-gorodskie-rogejny.html>. – Дата доступа: 29.01.2022.

3. Сколько стоит заняться рогайном [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://journal.tinkoff.ru/rogaining/>. – Дата доступа: 28.01.2022.

4. Федерация рогайна России. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rogaining.ru>. – Дата доступа: 30.01.2022.

Петрачева Ирина Витальевна доцент, к.п.н. доцент кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, Федеральное Государственное Бюджетное Образовательное Учреждение Высшего Образования «Российский Университет Спорта «ГЦОЛИФК», 8797537@mail.ru, Россия, Москва.

FEATURES OF HOLDING ROGAINE COMPETITIONS IN MOSCOW PARK ZONES

Petracheva Irina Vitalievna Associate Professor, Ph.D. Associate Professor of the Department of Recreation and Sports Tourism, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports "GTSOLIFK", 8797537@mail.ru , Russia, Moscow.

Abstract. *The article identifies the needs of those involved in rogaining and defines the features of the relationship between parents and children. Specification of the organizational*

aspects of the participation of families in competitions has increased their interest in rogaining and contributed to the popularization of this type of active family recreation.

Keywords: active rest, family, rogaine, interests and needs, relationships between parents and children.

References

1. Anfimova, A.Yu., Gusejnova, A.M. *Struktura upravleniya i problem organizacii i provedeniya kul'turno-massovyh meropriyatij gorodskogo masshtaba v g. Moskva.* [Elektronnyj resurs]. Rezhim dostupa: <http://www.econf.rae.ru/pdf/2015/07/4785.pdf>– Data dostupa: 30.01.2022.

2. Gorodskie rogejny [Elektronnyj resurs]. – Rezhim dostupa: <https://kras-rogaing.ru/nashi-meropriyatiya/365-gorodskie-rogejny.html>. – Data dostupa: 29.01.2022.

3. Skol'ko stoit zanyat'sya rogejnom [Elektronnyj resurs]. – Rezhim dostupa: <https://journal.tinkoff.ru/rogaing/>. – Data dostupa: 28.01.2022.

4. Federaciya rogejna Rossii. [Elektronnyj resurs]. – Rezhim dostupa: <https://rogaing.ru>. – Data dostupa: 30.01.2022.

ОТНОШЕНИЕ КЛИЕНТОВ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО КЛУБА «CROCUS FITNESS» К СОЦИАЛЬНЫМ МЕДИА РЕСУРСАМ ОРГАНИЗАЦИИ

Терсков А.О., Сиднева Л.В.

Аннотация. В статье рассматривается актуальность маркетинговых коммуникаций и интернет-маркетинга, приведены результаты анкетирования членов клуба «Crocus Fitness».

Ключевые слова: интернет-коммуникации, интернет-менеджмент, организация, клуб здоровья, услуги, респонденты, опрос, результаты. фитнес-клуб.

Актуальность. Актуальность маркетинговых интернет-коммуникаций состоит в том, что они являются реальным способом донесения до потребителя информации, которая нуждается в распространении среди потенциальных потребителей спортивно-оздоровительных и фитнес услуг. Практика современного интернет-маркетинга и имеющийся опыт свидетельствуют, что применение методов маркетинга позволяет существенно расширить деятельность компаний, вывести бизнес из локального рынка на более широкий уровень экономического пространства [1, с. 5].

Инструменты маркетинговых коммуникаций играют важную роль в системе маркетинга компаний. Эффективность их применения настолько важна для бизнеса, что очень часто эта часть маркетинговой функции воспринимается как маркетинг в целом. Отчасти это объяснимо, так как много в деятельности организаций определяет именно продвижение. Такие рутинные задачи бизнеса как обеспечение продаж, вывод новых продуктов и услуг, выход на новые рынки, брендинг — зависят почти на все 100% от качества реализации комплекса маркетинговых коммуникаций.

В современных рыночных условиях инвестиции компании в продвижение достигают существенной доли себестоимости товаров и услуг. Поэтому главным аспектом качества работы маркетинга является характеристика способности обеспечивать высокий уровень ключевых параметров эффективности маркетинговых коммуникаций. Через информационное воздействие на целевую аудиторию потребителей бизнес может оказывать влияние на их поведение, менять отношение к своим рыночным предложениям и подводить к покупке и таким образом достигать своей цели [2].

По данным исследований, за счет рационального использования рекламной деятельности, доля доходов компаний может быть увеличена на 25–40 %.

Основными параметрами преимуществ использования интернет-маркетинга являются:

- сравнительно низкая стоимость;
- возможность находиться в относительно постоянном контакте с потребителями;
- экономия средств на заработной плате сотрудников отдела продаж;
- возможность максимально точного таргетинга;
- возможность проведения исследований за счет относительно небольших денежных средств [1, с. 5].

Таким образом исследование, разработка и дальнейшее внедрение технологии маркетинговых коммуникаций для продвижения фитнес услуг в настоящее время является актуальной.

Цель исследования - Определить отношение клиентов спортивно-оздоровительного клуба «Crocus fitness» к социальным медиа - ресурсам организации, с точки зрения удобства и функциональности.

Анализ и выявление проблемных аспектов маркетинговой деятельности спортивно-оздоровительного клуба «Crocus fitness» и дальнейшая разработка методических рекомендаций по усовершенствованию программы интернет- маркетинга организации, позволят более эффективно использовать возможности интернет-ресурса, что в свою очередь повысит экономические показатели клуба по продажам фитнес услуг.

Определение отношения клиентов спортивно-оздоровительного клуба «Crocus fitness» к социальным медиа- ресурсам организации было проведено с членами клуба. В опросе принимало участие 88 респондентов.

На рисунке 1 представлены данные по распределению респондентов по гендерному признаку.



Рисунок 1 – Распределение респондентов по гендерному признаку

Как видно на рисунке 1, респонденты по гендерному признаку распределились следующим образом - 41% мужчины и 59% женщин.

На рисунке 2 представлено распределение по возрастному признаку.

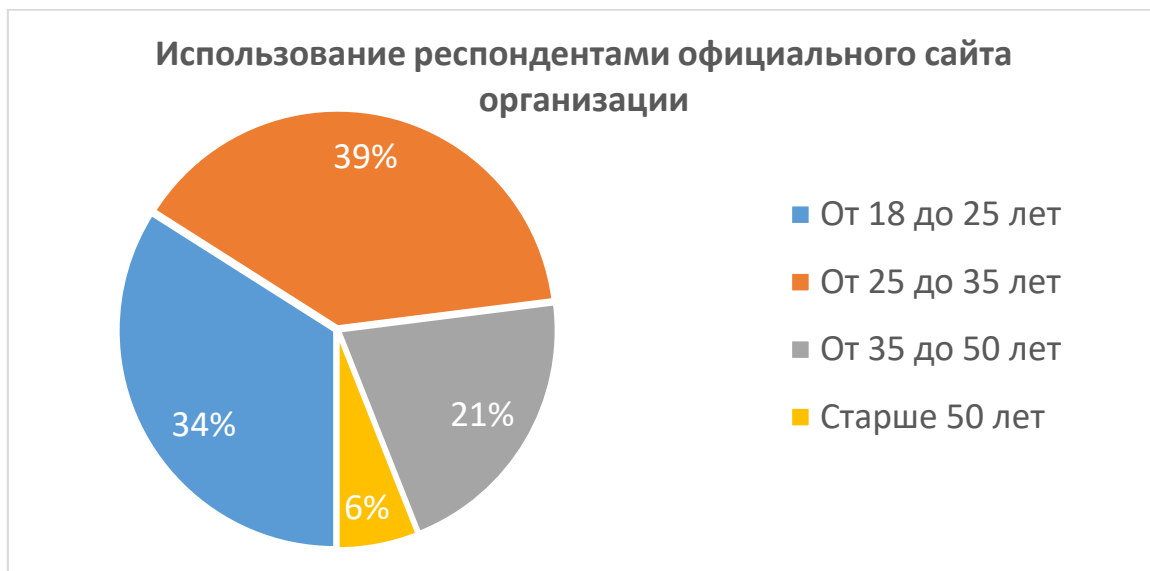


Рисунок 2 – Распределение респондентов по возрастному признаку

Как видно на рисунке 2 респонденты по возрастному признаку распределились следующим образом: от 18 до 25 лет – 34%; от 25 до 35 лет – 39%; от 35 до 50 лет – 21%; старше 50 лет – 6%.

На рисунке 3 представлено распределению респондентов по пользованию всемирной сетью Интернет.



Рисунок 3 – Распределение респондентов по пользованию всемирной сетью интернет

Как видно на рисунке 3 - 96% респондентов пользуются всемирной сетью Интернет, и лишь 4 % в данный момент не используют интернет-технологии.

Стоит отметить, что респонденты, не использующие всемирную сеть интернет, являются старше 50 лет.

На рисунке 4 представлено распределению респондентов по пользованию социальных сетей и медиа пространства.



Рисунок 4 – Распределение респондентов по использованию социальных сетей и медиа пространства

Как видно на рисунке 4 социальными и медиа сетями пользуются 92% респондентов, соответственно, не использующих – 8%.

Следует отметить, что, не пользующихся социальными сетями респонденты, являются старше 50 лет.

На рисунке 5 представлено распределение респондентов, использующих мобильное приложение «Crocus fitness».

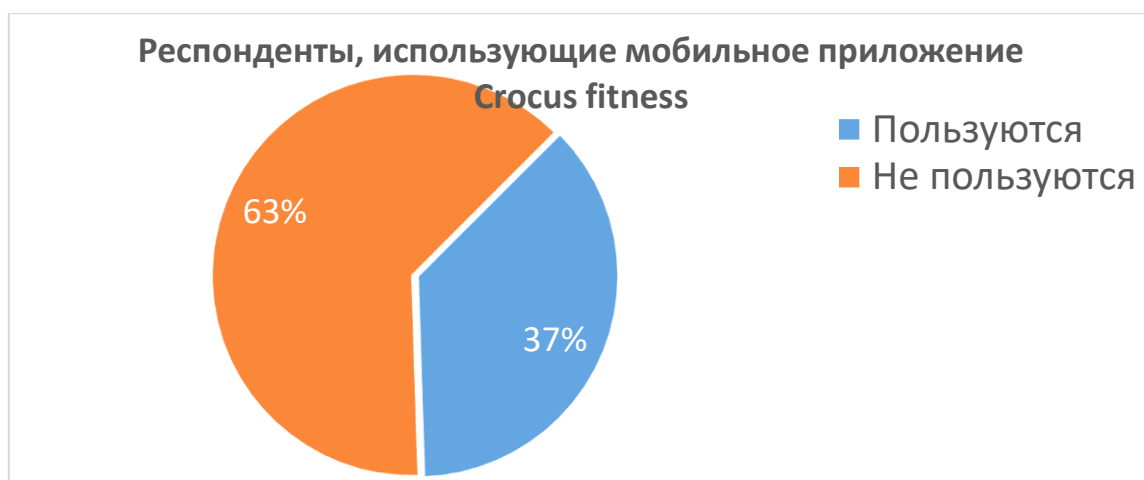


Рисунок 5 – Распределение респондентов, использующих мобильное приложение «Crocus fitness»

Как видно на рисунке 5 - только 37% респондентов пользуется мобильным приложением организации, соответственно, не пользуются целых – 63% респондентов. Таким образом, можно обоснованно утверждать, что приложение не до конца вовлечено в работу клуба, и потенциально его функциональность и информативность можно вывести на новый уровень.

На рисунке 6 представлено распределение респондентов по использованию официального сайта сети клубов «Crocus fitness» (crocusfitness.com), с точки зрения получения информации и обратной связи со стороны клуба.

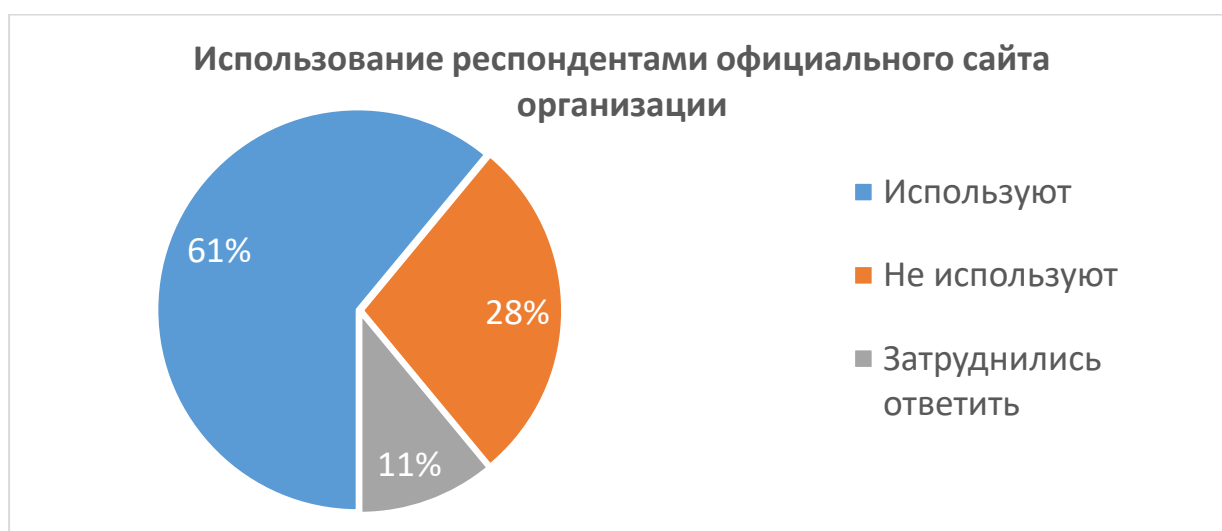


Рисунок 6 – Распределение респондентов по использованию сайта «Crocus fitness»

Как видно на рисунке 6 - 61% респондентов используют сайт для получения информации, 28% респондентов не используют официальный сайт организации, а 11% респондентов затруднились ответить. Можно заметить, что, несмотря на отсутствие заинтересованности в приложении, члены клуба активно используют сайт организации.

На рисунке 7 представлено распределение респондентов по использованию социальных сетей «Crocus Fitness».

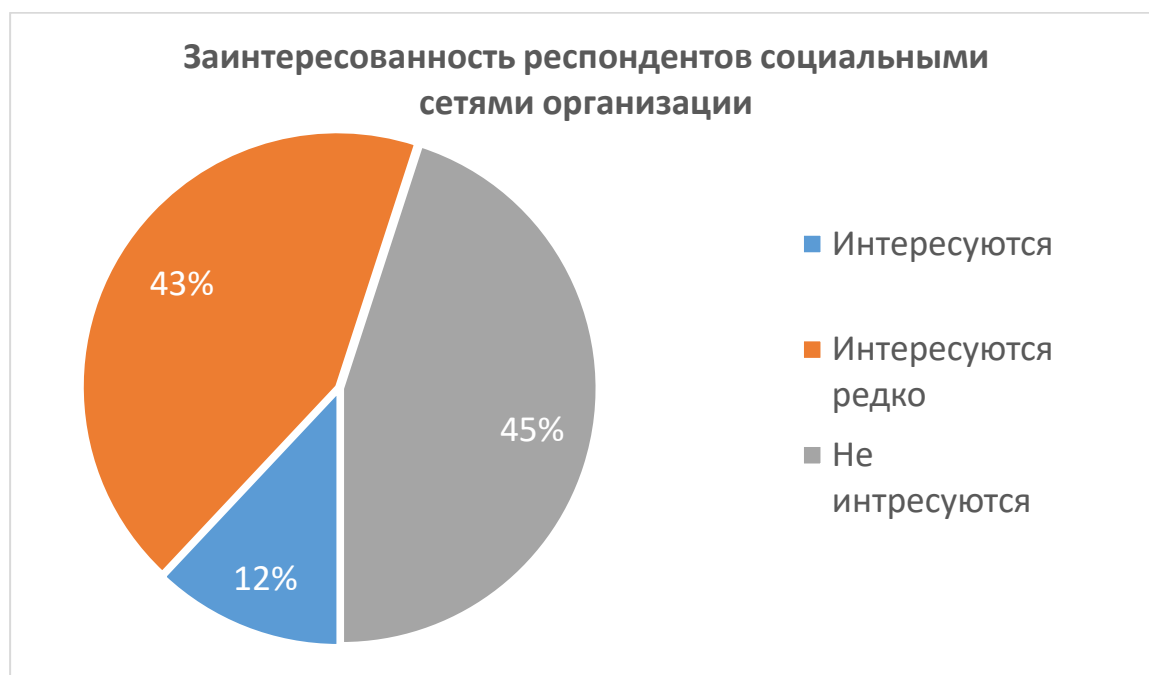


Рисунок 7 – Распределение респондентов по использованию социальных сетей «Crocus fitness»

Как видно на рисунке 7 - 12% респондентов интересуются социальными сетями организации, 43% респондентов интересуются редко, а 45% респондентов вовсе не интересуются социальными сетями клуба.

На рисунке 8 представлено распределение заинтересованности респондентов в акциях и мероприятиях, проводимых «Crocus fitness».



Рисунок 8 – Распределение заинтересованности респондентов в акциях и мероприятиях спортивно- оздоровительного клуба «Crocus fitness»

Как видно на рисунке 8, несмотря на заинтересованность клиентов в актуальных акциях и мероприятиях, проводимых спортивно-оздоровительным клубом «Crocus fitness», популярность социальных и медиа-ресурсов находится на низком уровне.

Согласно проведенному опросу только 37% клиентов использует мобильное приложение «Crocus fitness» и лишь 14% постоянно интересуются социальными сетями компании. Из этого можно сделать вывод, что сеть клубов «Crocus fitness» нуждается в доработке своих медиа- интернет ресурсов, для большего охвата аудитории и привлечения новых клиентов, продвижения своих спортивно- оздоровительных и фитнес услуг, а также для более тесной связи с членами организации.

Литература

1. Вирин, Ф.Ю. Интернет-маркетинг / Ф.Ю. Вирин. – М.: Кнорус, 2012. – 388 с.
2. Маркетинговые коммуникации: о системе, инструментах и эффективности [Электронный ресурс]. URL. <https://marketing.hse.ru/news/405139360.html>. (Дата обращения 19.11.2022).

Терсков А.О., студент 4 курса кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва.

Сиднева Л. В., к.п.н., доцент кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва.

THE ATTITUDE OF THE CLIENTS OF THE SPORTS AND HEALTH CLUB "CROCUS FITNESS" TO THE SOCIAL MEDIA RESOURCES OF THE ORGANIZATION

Terskov A.O., 4th course student of specialization «Management of recreation and tourism», RUS «GTSOLIFK», Russia, Moscow.

Sidneva L.V., Candidate of pedagogical sciences, docent, RUS «GTSOLIFK», Russia, Moscow.

Abstract. *The article discusses the relevance of marketing communications and Internet marketing, the results of a survey of members of the Crocus Fitness club are presented.*

Keywords: *internet communications, Internet management, organization, health club, fitness club, services, Crocus fitness, respondents, questionnaire, results.*

References

- 1. Virin, F.YU. Internet-marketing / F.YU. Virin. – M.: Knorus, 2012. – 388 s.*
- 2. Marketingovye kommunikacii: o sisteme, instrumentah i effektivnosti [Elektronnyj resurs]. URL. <https://marketing.hse.ru/news/405139360.html>. (Data obrashcheniya 19.11.2022).*

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

УДК 796.562

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ СТАРШЕЙ ШКОЛЫ КНР СРЕДСТВАМИ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Гэ Тяньчжень, Гониянц С.А.

***Аннотация.** Представлены основные аспекты эффективного влияния средств и методов спортивного ориентирования в целях совершенствования процесса физического воспитания школьников высшей средней школы Китая (провинции Анхой). Показано направленное положительное влияние на физическую подготовленность школьников. Практическое значение проведенного исследования заключается в применении разработанной модели организации занятий по физическому воспитанию на основе спортивного ориентирования в условиях образовательного процесса старшеклассников КНР.*

***Ключевые слова:** спортивное ориентирование, физическое воспитание, физическая подготовленность, модель физического воспитания на основе спортивного ориентирования, учащиеся высшей средней школы КНР.*

Введение. Спортивное ориентирование в настоящее время активно внедряется в систему физического воспитания студенческой молодежи Китая, так как студентами университетов, колледжей и преподавателями данный вид спорта был воспринят с воодушевлением, что обеспечивает хорошую платформу для популяризации спортивного ориентирования в стране [1, 2]. В то же время, статистика участия различных контингентов населения в массовых спортивных мероприятиях по спортивному ориентированию в КНР, показывает, что численность участников школьного возраста значительно уступает числу выступающих группы студенческой молодежи, что, не в последнюю очередь, как показывает, статистика и анализ соответствующей информации (2016-2022 гг.), обусловлено тем, что уровень научных исследований в области преподавания спортивного ориентирования в школах КНР все еще находится в состоянии относительного отставания. В этой связи, спортивное ориентирование, по-прежнему, является новым видом спорта для школьного физического воспитания в Китае и применяется в отдельных школах в форме проекта расширения курса легкой атлетики. Некоторые школы и колледжи берут на себя ведущую роль по внедрению спортивного ориентирования в урок физической культуры, что является не только диверсифицированным развитием традиционных направлений физического воспитания, но и смелой попыткой внедрения инноваций в

преподавание физической культуры в концепции развития и расширения «эко-спорта» и «зеленых видов спорта» [2].

Основная часть. В рамках настоящего исследования нами была разработана экспериментальная модель физического воспитания учащихся старшей школы КНР на основе спортивного ориентирования на урочных и внеурочных занятиях по физической культуре, которая включалась в учебный процесс три раза в неделю из пяти учебных урочных занятий продолжительностью 40 минут каждое в течение учебного года, два раза в неделю – на внеурочных занятиях, каждое продолжительностью 80-90 минут и ежемесячно – во внеклассных спортивно-массовых мероприятиях, проводимых, как в спортивном зале, так и на свежем воздухе [2]. В разработанной экспериментальной модели (таблица 1) раскрыты цель и задачи, которые программа обучения, указаны принципы, методы, средства и формы, а также раскрыто содержание программы обучения и представлены ожидаемые результаты.

Для реализации цели физического воспитания учащихся старшей школы КНР предусматривалось комплексное решение учебных, оздоровительных и воспитательных задач: формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, понимание ее роли в развитии личности; получение школьниками специальных знаний по физической культуре, здоровому образу жизни, спортивному ориентированию с целью оздоровления и физического совершенствования; укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма школьников, повышение уровня физической подготовленности, обеспечение высокого уровня умственной и физической работоспособности; усвоения специальных технико-тактических знаний, умений и навыков для успешной деятельности во время занятий с использованием средств спортивного ориентирования; овладение методиками оценки функционального состояния и самоконтроля во время занятий физическими упражнениями; приобретение двигательных умений и навыков; систематическая физическая тренировка с оздоровительной направленностью; приобретение опыта творческого использования полученных знаний и умений в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Разработанная модель включает такие разделы подготовки, как теоретическая, топографическая, техническая, тактическая, физическая, психологическая, которая предполагает обязательное развитие когнитивных функций и программу психофизического тренинга, направленного на формирование навыков самоконтроля, эмоциональной устойчивости, рефлексии, целеполагания и планирования деятельности.

В педагогическом эксперименте приняли участие 97 школьников 11-х классов 15-16 лет высшей средней общеобразовательной школы провинции Аньхой (г. Хэфэй), юноши и девушки, из числа которых были

сформированы контрольная (КГ n=50) и экспериментальная (ЭГ n=47) группы.

Таблица 1 – Модель физического воспитания учащихся старшей школы КНР на основе спортивного ориентирования

Авторская программа физического воспитания учащихся старшей КНР на основе спортивного ориентирования			
Цель - подготовка гармонично развитых выпускников старшей школы в условия приоритетного применения средств спортивного ориентирования			
Задачи			
Улучшение показателей функционального состояния организма, физического здоровья, физической подготовленности и психических функций старших школьников, повышение мастерства в спортивном ориентировании, повышения интереса к занятиям по физическому воспитанию и формированию мотивации к систематическим занятиям			
Принципы	Формы	Методы	Средства
Социальные, педагогические, методические, специфические принципы оздоровительной тренировки	Учебные, внеучебные, самостоятельные, соревнования	Равномерный, повторный, интервальный, переменный, игровой, соревновательный, круговой тренировки	Общеподготовительные, специально подготовительные, вспомогательные, соревновательные упражнения спортивного ориентирования
Содержание программы			
Теоретико-методическое		Контроль	Практическое
Изучение основных понятий, закономерностей, теоретических положений и методических основ физического воспитания, спортивного ориентирования		Оперативный, текущий, итоговый	ОФП, СФП, технико-тактическая подготовка в спортивном ориентировании
Результат			
Надлежащий уровень показателей функционального состояния, психических функций, физического здоровья, физической подготовленности учащихся старшей школы, технико-тактической подготовленности по спортивному ориентированию, интерес к занятиям по физическому воспитанию			

Анализ показателей физической подготовленности (таблица 2) школьников в конце педагогического эксперимента выявил достоверно более высокие ($p < 0,05$) среднестатистические результаты у юношей и девушек экспериментальной группы, относительно контрольной.

Таблица 2 – Среднестатистические показатели физической подготовленности школьников ЭГ и КГ до и после педагогического эксперимента (n=97)

Показатели	До эксперим ента ЭГ (n=47)		После экспериме нта ЭГ (n=47)		р	До экспериме нта КГ (n=50)		После экспериме нта КГ (n=50)		р
	X	σ	X	σ		X	σ	X	σ	
Девушки										
Бег 30 м, с	6,3	0,49	5,7	0,13	<0,05	6,6	1,25	6,4	0,28	>0,05
Челночный бег 4х9 м, с	11,8	0,48	10,5	0,33	<0,05	12,4	0,44	11,9	0,38	>0,05
Подтягивания на перекладине, раз	5,5	1,56	7,0	0,34	<0,05	5,8	3,45	6,3	2,15	>0,05
Наклон туловища вперед из положения сидя, см	9,9	4,66	10,8	2,12	>0,05	8,5	2,87	9,8	1,43	>0,05
Прыжок в длину с места, см	161,4	17,72	175,5	10,03	<0,05	162,9	14,17	164,9	13,15	>0,05
Поднимание туловища в сед за 30 с, кол-во раз	13,9	1,56	17,9	0,26	<0,05	11,5	2,27	12,8	1,26	>0,05
Приседания, кол-во раз за 30	19,8	1,22	24,5	1,39	<0,01	20,5	2,17	21,5	3,11	<0,05
Бег 1000 м, м, с	6,11	0,52	5,07	0,22	<0,05	6,16	0,51	6,04	0,34	>0,05
Юноши										
Бег 30 м, с	6,0	0,33	5,4	0,12	<0,01	6,1	0,64	5,9	0,23	>0,05
Челночный бег 4х9 м, с	11,7	0,60	10,6	0,10	<0,05	12,0	0,48	11,8	0,12	>0,05
Подтягивания, раз	7,6	2,03	10,8	1,17	<0,01	7,7	1,55	8,6	1,21	<0,05
Наклон туловища вперед из положения сидя, см	3,2	2,03	4,8	1,17	>0,05	3,7	1,55	4,2	1,21	>0,05
Прыжок в длину с места, см	166,9	15,55	181,4	10,03	<0,05	168,5	11,17	172,9	15,15	>0,05
Приседания, кол-во раз за 30 с	20,3	2,33	26,7	1,22	<0,01	21,1	1,66	22,6	1,64	>0,05
Поднимание туловища в сед за 30 с, кол-во	18,8	1,69	23,9	1,34	<0,01	18,6	6,16	20,5	5,14	<0,05
Бег 1000 м, м, с	5,55	0,56	4,32	0,23	<0,01	5,48	0,47	5,34	0,26	>0,05

Так, результат в тесте «бег 30 м» улучшился в экспериментальной группе у девушек на 9,5% (p<0,05); в челночном беге 4х9 м время

выполнения теста уменьшилось на 11% ($p<0,05$); в подтягиваниях на перекладине результат у девушек повысился на 27% ($p<0,05$); в прыжках в длину с места результат повысился на 8,7% ($p<0,05$); в упражнении «поднимание туловища в сед за 30 с» показатель увеличился на 28,8% ($p<0,01$); в тесте «приседания за 30 с» результат улучшился на 23,7% ($p<0,05$); в беге на 1000 м результат улучшился на 17% ($p<0,01$). У юношей ЭГ выявлена схожая тенденция – определены статистически достоверные изменения результатов по всем исследуемым показателям, кроме результатов в тесте на гибкость: в тесте «бег 30 м» результат улучшился на 10% ($p<0,01$); в челночном беге 4х9 м результат улучшился на 9,4% ($p<0,05$); в подтягиваниях на перекладине результат повысился на 42% ($p<0,01$); в прыжках в длину с места результат повысился на 8,7% ($p<0,05$); в упражнении «приседания за 30 с» показатель повысился на 31,5% ($p<0,01$); в тесте «поднимание туловища в сед за 30 с» результат улучшился на 27% ($p<0,01$); в беге на 1000 м результат улучшился на 22,2% ($p<0,01$).

Выводы. Эффективность предложенной модели физического воспитания учащихся старшей школы КНР на основе спортивного ориентирования подтверждена данными формирующего эксперимента, в частности повышением уровня физической подготовленности, как юношей, так и девушек – участников эксперимента.

Литература

1. Брайцева, В. А. Методика тактико-технической подготовки спортсменов 15-16 лет в кроссовых видах ориентирования: диссертация ... кандидата педагогических наук: 13.00.04 / Брайцева Виктория Александровна; [Место защиты: ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»]. - Смоленск, 2020. - 209 с.
2. Гэ Тяньчжень. Влияние занятий спортивным ориентированием на физическое здоровье и социальную адаптированность школьников старших классов КНР / Гэ Тяньчжень, С.А. Гониянц // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. - № 4 (206). – С. 97-103.
3. Соломченко, М.А. Применение спортивного ориентирования во внеучебной деятельности по физической культуре для школьников / М.А. Соломченко, М.Ю. Авдеева // Наука и инновации в сфере образования и производства. - 2016. - С. 186-191.

Гэ Тяньчжень, аспирант кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва.

Гониянц С. А., кандидат педагогических наук, профессор, кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, федеральное государственное бюджетное

образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва.

HIGH SCHOOL STUDENTS OF THE PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA BY MEANS OF ORIENTEERING

Ge Tianzhen, PhD student; Department of Recreation and Sports Tourism, RUS «GTSOLIFK», Russia, Moscow.

Goniyants Stepan Aleksandrovich, Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Department of Recreation and Sports Tourism, RUS «GTSOLIFK», Russia, Moscow.

Abstract. *The main aspects of the effective influence of means and methods of orienteering in order to improve the process of physical education of students of the higher secondary school of China (Anhui province) are presented. A directed positive effect on the physical fitness of schoolchildren is shown. The practical significance of the conducted research lies in the application of the developed model of organizing physical education classes based on orienteering in the conditions of the educational process of high school students of the People's Republic of China.*

Keywords: *orienteering, physical education, physical fitness, model of physical education based on orienteering, students of the higher secondary school of the People's Republic of China.*

References

1. Braitseva, V. A. *Methods of tactical and technical training of athletes aged 15-16 in cross-country orienteering: dissertation... Candidate of Pedagogical Sciences: 13.00.04 / Braitseva Victoria Alexandrovna; [Place of defense: National State University of Physical Culture, Sports and Health named after P.F. Lesgaft, St. Petersburg"]. - Smolensk, 2020. - 209 p.*
2. Ge Tianzhen. *The influence of orienteering classes on physical health and social adaptation of high school students of the PRC / Ge Tianzhen, S.A. Goniyants // Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University. – 2022. - № 4 (206). – Pp. 97-103.*
3. Solomchenko, M.A. *The use of orienteering in extracurricular activities in physical culture for schoolchildren / M.A. Solomchenko, M.Yu. Avdeeva // Science and innovation in education and production. - 2016. - pp. 186-191.*

РАЗВИТИЕ ТУРИЗМА В ГОРОДСКОЙ СРЕДЕ В РАМКАХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Дианова А.А., Высоцкая Е.А.

***Аннотация.** Для повышения уровня интереса студентов к занятиям физической культурой предлагается внедрение в учебный процесс занятий-экскурсий. Суть таких занятий заключается в преодолении конкретного маршрута до точки назначения (парка или сквера) с изучением достопримечательностей родного города. При построении маршрута учитываются безопасность, погодные условия и время в пути.*

***Ключевые слова:** занятия-экскурсии, пешие прогулки, маршрут, система образования, физическая культура.*

Введение.

Занятия физической культурой, хоть и входят в перечень обязательных дисциплин в ВУЗах, но зачастую не вызывают особого интереса у студентов. Это связано как с высокой нагрузкой по другим предметам, так и с отсутствующим желанием современной молодёжи тратить свое время на «ненужные» занятия и банальной ленью. Но при плотном графике обучающихся, большом объеме получаемой информации и частом эмоциональном перенапряжении жизненно необходимо чередовать умственную нагрузку с физической. Поэтому стоит пересмотреть подход к образовательному процессу и найти новые формы проведения занятий.

Основная часть.

Одной из таких форм могут выступать занятия-экскурсии. Местом их проведения являются не привычные спортивные объекты образовательного учреждения, а близлежащие достопримечательности города: парки и скверы.

Их выбор зависит от многих факторов, одним из которых является расстояние маршрута. Следует учитывать временные рамки занятия и средний темп двигательной активности обучающихся. В группах с разным уровнем подготовки этот темп может варьироваться от 70 шагов в минуту, что особо не дает тренирующего эффекта для здоровья, до 100 шагов в минуту, что уже считается быстрым и положительно сказывается на уровне физической подготовки. При низком темпе не стоит сразу стремиться к его увеличению, так как это может плохо сказаться на здоровье. Следует постепенно увеличивать скорость с каждым занятием, плавно подготавливая организм к более сложным нагрузкам.

Еще одним фактором, который следует учесть при построении маршрута является безопасность. Так как занятия проходят в городской

среде, следует учесть расположение объектов, потенциально представляющих опасность для студентов (стройки, заброшенные здания и т.д.) и наличие тротуаров на всей протяженности пути. Заранее продумать все переходы проезжей части и свести их число к минимуму.

Экологическая составляющая так же учитывается при рассмотрении маршрута, так как положительного эффекта от занятий вблизи заводов и автомагистралей добиться невозможно. Приоритет отдается лесопарковым зонам и пешеходным тропам. А вот наличие болот и открытых водоемов следует исключить из-за возможной опасности.

Особенности погодных условий, продолжительность светового дня учитываются при выборе даты и времени занятия-экскурсии. Не стоит выбирать утренние или вечерние часы в зимнее время года. День похода лучше утверждать накануне, исходя из прогноза погоды, и отказаться от него, если погодные условия неблагоприятны.

Перед началом движения следует проинструктировать как студентов, так и преподавателей. А во время преодоления маршрута следить за состоянием здоровья и дисциплиной.

Рассмотрим построение маршрута занятия-экскурсии на примере выполнения его студентами Липецкого государственного технического университета. Учреждение расположено рядом с двумя парками: Молодежным и парком Победы. Из них более привлекательным является второй объект, так как маршрут до него проложен через урочище Сосновый лес. Все пересечения проезжей части на протяжении рассматриваемого расстояния оборудованы светофорами. Сам парк представляет собой лесополосу с дорожками для пеших прогулок и удален от оживленных автомобильных дорог и крупных производств.

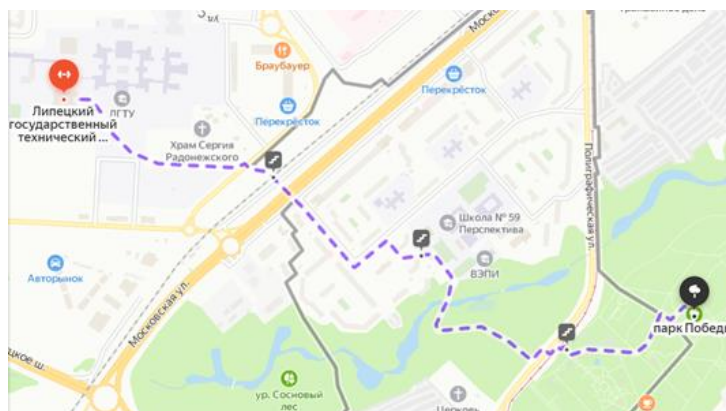


Рисунок 1 - Пеший маршрут «Спортивный комплекс ЛГТУ – парк Победы»

Помимо тренировочного эффекта пешие прогулки создают эмоциональную разгрузку и способствуют общению между студентами и преподавателями в неформальной среде. Это повышает интерес учащихся

к занятиям физической культурой и дает возможность разным поколениям лучше понять друг друга. А познавательное наполнение маршрута сведениями о памятниках архитектуры и историческими фактами укрепляет любовь к малой Родине и открывает город совсем с другой, неизведанной ранее, стороны.

Выводы.

Пешие маршруты дают положительный тренировочный эффект без выматывающей и изнурительной нагрузки на организм, повышают выносливость. Вместе с тем снижают эмоциональное напряжение и способствуют общению между студентами и преподавателями и изучению новых мест родного города. Повышают интерес учащихся к занятиям физической культурой в ВУЗе. Развивают любовь к малой Родине и расширяют кругозор.

Литература.

1. Дианова А.А., Кострикин Л.В. Пешие прогулки как средство физического воспитания в ВУЗе. // Мат-лы междунар. научно-практ. конф. «Устойчивое развитие региона: проблемы и тенденции». – Липецк: ЛГТУ, 2022. – С. 384–387.
2. Кобзева О.Н. Теория 10000 шагов. // Инновационная наука. – 2015. – №11. – С. 68 – 71.
3. Кучергин Н. И. Пешеходный туризм как фактор приобщения подрастающего поколения к здоровому образу жизни. // Молодой ученый. – 2022. – № 2 (397). – С. 247–248.
4. Миронов С. В., Белинский Л. В. Оздоровительная ходьба в жизни современного человека. // Социально-гуманитарный вестник. – 2010. – №7 – С. 114-117.

Дианова Анастасия Алексеевна, специалист кафедры химии, dianova-2001@mail.ru, Россия, Липецк, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Липецкий государственный технический университет».

Высоцкая Екатерина Анатольевна, кандидат биологических наук, доцент кафедры физвоспитания, k.chesnokova@mail.ru, Россия, Липецк, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Липецкий государственный технический университет».

DEVELOPMENT OF TOURISM IN THE URBAN ENVIRONMENT WITHIN THE FRAMEWORK OF PHYSICAL EDUCATION

Dianova Anastasia Alekseevna, specialist of the Department of Chemistry, dianova-2001@mail.ru, Lipetsk, Russia, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Lipetsk State Technical University";

Vysotskaya Ekaterina Anatolyevna, Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of Physical Education Department, k.chesnokova@mail.ru, Lipetsk, Russia,

Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Lipetsk State Technical University".

Abstract. *To increase the level of students' interest in physical education, it is proposed to introduce guided tours into the educational process. The essence of which is to overcome a specific route to a park or square with the study of the sights of your hometown.*

Keywords: *walking tours, route, physical culture, higher education, physical education, walking.*

References

1. Dianova A.A., Kostrikin L.V. *Hiking as a means of physical education at the university. // Materials of the international scientific and practical conference "Sustainable development of the region: problems and trends". Lipetsk: LGTU, 2022. – pp. 384-387.*
2. Kobzeva O.N. *Theory of 10000 steps. // Innovative Science. - 2015. – No. 11. – pp. 68-71.*
3. Kochergin N. I. *Hiking as a factor in introducing the younger generation to a healthy lifestyle. // Young scientist. – 2022. – № 2 (397). – Pp. 247-248.*
4. Mironov S. V., Belinsky L. V. *Health-improving walking in the life of a modern person. // Socio-humanitarian Bulletin. – 2010. – No. 7 – pp. 114-117.*

АНАЛИЗ МОТИВОВ РАБОТНИКОВ ПРОФЕССИЙ «ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК» К ЗАНЯТИЯМ В ФИТНЕС КЛУБЕ

Корцова П.С., Резенова М.В.

***Аннотация.** Исследования показывают, что работники профессий типа «Человек-человек» наиболее подвержены появлению синдрома эмоционального выгорания. Современные условия вносят соответствующие изменения в образ жизни специалистов данных профессий, в связи с этим меняются их мотивы и потребности. В статье проведён анализ мотивов работников профессий «Человек-человек» к занятиям в фитнес клубе.*

***Ключевые слова:** синдром эмоционального выгорания, профессия «Человек-человек», мотивы, групповые занятия в фитнес клубе.*

Актуальность. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) официально включила эмоциональное выгорание в 11 пересмотр Международной классификации болезней (МКБ-11). Согласно Международной классификации болезней эмоциональное выгорание представляет собой «синдром, возникающий в результате хронического стресса на работе, с которым не удалось справиться».

Отмечается, что наиболее часто подвержены риску выгорания специалисты медицинской сферы, уголовно-исполнительной системы (УИС), сферы образования и услуг [5].

Распространенность выраженной фазы истощения синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) среди специалистов профессий, предъявляющих высокие требования к уровню коммуникативных навыков, по данным американских исследователей, находится на уровне 36-44%; по данным отечественных авторов – на уровне 51-57% [4].

При анализе результатов, полученных по методике В.В. Бойко, выяснили, что у преподавателей СЭВ выражен более отчетливо. В частности, 65% опрошенных педагогов музыкального училища имеют сложившуюся фазу «напряжение» (первая фаза формирования синдрома), и у всех 100% - фазы «резистенция» (вторая фаза) и «истощение» (третья фаза) [1].

Согласно данным анализа распространенности синдрома эмоционального выгорания среди врачей, было установлено, что практически у каждого второго врача имеются признаки СЭВ - 67,6%. При этом у 61,6% обследованных полностью сформирована только одна из трех фаз синдрома, у 3,9% сформированы две фазы и у 2,1% полностью сформированы три фазы синдрома [2].

Последствия данного синдрома серьезны и сказываются на всех сферах жизни человека, на физическом, эмоциональном и когнитивном

уровне, на уровне межличностных отношений с семьей, коллегами и реципиентами [6].

По данным анализа научных исследований выявлено, что эмоциональному выгоранию в большей степени подвержены работники профессий «Человек-человек». Для предупреждения данного синдрома чаще используются психологические средства и методы воздействия. Однако стоит отметить, что кроме психологических средств и методов предотвращению эмоционального выгорания способствуют занятия физическими упражнениями. В настоящий момент данных о влиянии физкультурно-оздоровительных программ в фитнес клубах на предотвращение синдрома эмоционального выгорания недостаточно. Современные условия вносят соответствующие изменения в образ жизни специалистов данных профессий, в связи с этим меняются их мотивы и потребности. С целью выявления мотивов и предпочтений к групповым занятиям было проведено исследование на базе фитнес клуба X-Fit Фьюжн.

Основная часть. В сетке расписания фитнес клуба представлено большое количество различных групповых программ: X-Total PRO, X-Race, Body&Mind, Flex Fit, Belly Dance, Intro, Yoga, Pilates, Boxing, Dance Mix, Low Core, Mobility, X-Pump, Atletica, Step.

По результатам педагогического наблюдения было выявлено, что программы X-Race, Belly Dance и X-Pump пользуются наибольшей популярностью у посетителей.

Таблица 1 – Посещаемость групповых программ в фитнес клубе X-Fit Фьюжн

Групповые программы	Кол-во занятий	Посещаемость	
		Женщины \bar{X}	Мужчины \bar{X}
BELLY DANCE	16	10	1
X-RACE		10	3
X-PUMP		9	3

По итогам педагогического наблюдения за посещаемостью на 16 занятиях, в течение 2 месяцев, было выявлено, что BELLY DANCE в среднем посещают 10 женщин и 1 мужчина, X-RACE – 10 женщин и 3 мужчин и X-PUMP – 9 женщин и 3 мужчин (Таблица 1). Согласие на участие в опросе для выявления профессиональной деятельности посетителей, дали женщины, средний возраст которых составил 37,8 лет.

Мужчины не согласились принять участие в опросе. В результате было выявлено, что большинство респондентов являются работниками профессий «Человек-человек». В группе Belly Dance женщины, занятые в области данных профессий, оказалось $n = 7$, в X-Race $n = 7$, и в X-Pump $n = 9$. По результатам предварительного согласия и результатам опроса были сформированы 3 экспериментальные группы.

Для выявления мотивов выбора групповых программ в экспериментальных группах был проведен дополнительный опрос с использованием метода ранжирования (Таблица 2).

Таблица 2 – Ранжирование мотивов выбора групповых программ в фитнес клубе X-Fit Фьюжн у женщин профессий «Человек-человек»

№	МОТИВЫ	BELLY DANCE $n = 7$	X - PUMP $n = 9$	X - RACE $n = 7$
		ΣR		
1	Снятие эмоционального напряжения после рабочего дня	18	25	15
2	Получение положительных эмоций, улучшение настроения	21	28	22
3	Укрепление здоровья	24	30	31
4	Улучшение телосложения	28	36	23
5	Получение новых знакомств	31	46	35
6	Снижение массы тела	32	32	26
7	Совершенствование физических качеств	42	48	44

Для оценки результатов мотивов, влияющих на выбор фитнес-программ использовался метод ранжирования. В результате ранжирования мотивов в порядке их значимости для опрашиваемых наиболее значимому мотиву присваивался наивысший – первый ранг, а наименее значимому мотиву последний – седьмой ранг. При таком оценивании мотив, являющийся самым весомым для занимающихся, получал наименьшую сумму рангов (R), наименее весомый – наибольшую сумму рангов (R).

Исследование мотивов, влияющих на выбор фитнес-программы BELLY DANCE подтвердило, что приоритетным мотивом является «снятие эмоционального напряжения после рабочего дня», так как данный мотив набрал наименьшую сумму рангов $R=18$. Вторым по значимости является мотив «получение положительных эмоций, улучшение настроения», сумма рангов $R=21$. Третьим по значимости является мотив «укрепление здоровья» $R=24$. При ранжировании по важности остальных

мотивов меньшую значимость имеют мотивы «улучшение телосложения» $R=28$, «получение новых знакомств» $R=31$, «снижение массы тела» $R=32$. Мотив «совершенствование физических качеств» набрал большую сумму рангов $R=42$, и тем самым является наименее значимым.

Результаты мотивов, влияющих на выбор фитнес-программы X-PUMP, показали, что мотив «снятие эмоционального напряжения после рабочего дня» получил наименьшую сумму рангов $R=25$ и поэтому является самым значимым для занимающихся. Следующим по значимости является мотив «получение положительных эмоций, улучшение настроения», сумма рангов $R=28$. Меньшую значимость имеют мотивы «укрепление здоровья» $R=30$, «снижение массы тела» $R=32$, «улучшение телосложения» $R=36$, «получение новых знакомств» $R=46$. Мотив «совершенствование физических качеств» является наименее значимым, так как данный мотив набрал наибольшую сумму рангов $R=48$.

При исследовании мотивов, влияющих на выбор фитнес-программы X-RACE, было выявлено, что мотив «снятие эмоционального напряжения» набрал наименьшую сумму рангов $R=15$ и является наиболее значимым мотивом. Вторым по значимости является мотив «получение положительных эмоций, улучшение настроения» $R=22$. Третьим по значимости является мотив «улучшение телосложения» $R=23$. Меньшую значимость имеют мотивы «снижение массы тела» $R=26$, «укрепление здоровья» $R=31$, «получение новых знакомств» $R=35$. Наименее приоритетным является мотив «совершенствование физических качеств» так как сумма рангов $R=44$.

Выводы. Анализ результатов показал, что общими и наиболее приоритетными мотивами, влияющими на выбор групповой программы среди женщин профессий «Человек-человек» являются, «снятие эмоционального напряжения после рабочего дня» и «получение положительных эмоций, улучшение настроения». Они почти не заинтересованы в получении новых знакомств, укреплении здоровья и совершенствовании физических качеств.

Полученные результаты что женщины, принявшие участие в данном исследовании, находятся на начальной стадии формирования синдрома эмоционального выгорания могут являться поводом для дальнейшего исследования эмоционального состояния респондентов.

Литература

1. Балыкина О.С., Ерохина Н. М., Петухова Л. П. Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности у представителей сферы образования // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2013. № 11. С. 17–23
2. Бодагова Е.А., Говорин Н.В. Психическое здоровье врачей разного профиля // Социальная и клиническая психиатрия. 2013. Т. 23. № 1. С. 21–26

3. Национальный стандарт ГОСТ Р 57615-2017 Российской Федерации. Фитнес-услуги. Требования к фитнес-программам. <https://www.rst.gov.ru/portal/gost/home/standarts/catalognational>

4. Проничева, М.М. Особенности проявления синдрома эмоционального выгорания у педагогов (возрастной аспект) // Интернет-журнал «Мир науки», 2018 №6, <https://mir-nauki.com/PDF/126PSMN618.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

5. Проничева М.М., В.Г. Булыгина, М.С. Московская М.С. Современные исследования синдрома эмоционального выгорания у специалистов профессий социальной сферы // Социальная и клиническая психиатрия. 2018, т. 28 № 4. С. 100-105

6. Психология стресса и эмоционального выгорания: учеб. пособ. для студ. факультета психологии. / Е, В.Кузнецова, В.Г. Петровская, С.А. Рязанцева. - Куйбышев, 2012. – 96 с.

Корцова Полина Сергеевна – студентка 4 курса кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва, polino4ka.tlt@rambler.ru.

Резенова Мария Владимировна – старший преподаватель кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва, rezenov69@mail.ru.

ANALYSIS OF THE MOTIVES OF WORKERS OF PROFESSIONS "MAN-MAN" TO EXERCISE IN A FITNESS CLUB

Kortsova Polina Sergeevna - 4th year student of the Department of Recreation and Sports and Health Tourism, Russia, Moscow, RUS "GTSOLIFK", polino4ka.tlt@rambler.ru.

Rezenova Maria Vladimirovna - Senior Lecturer, Department of Recreation and Sports and Health Tourism, Russia, Moscow, RUS "GTSOLIFK", rezenov69@mail.ru.

Abstract. Studies show that workers in professions of the "Man-to-man" type are most prone to the appearance of burnout syndrome. Modern conditions make appropriate changes in the lifestyle of specialists in these professions, in connection with this, their motives and needs are changing. The article analyzes the motives of workers in the professions "Man-man" for classes in a fitness club.

Keywords: burnout syndrome, profession "Man-man", motives, classes in a fitness club.

References

1. Balykina O.S., Erokhina N.M., Petukhova L.P. Emotional burnout in professional activity among representatives of the education sector. *Lesgafit*. 2013. No. 11. P. 17–23

2. Bodagova E.A., Govorin N.V. Mental health of doctors of different profiles // *Social and clinical psychiatry*. 2013. V. 23. No. 1. S. 21–26

3. National standard GOST R 57615-2017 of the Russia. Fitness services. Requirements for fitness programs. <https://www.rst.gov.ru/portal/gost/home/standards/catalognational>

4. Pronicheva M.M. *Peculiarities of manifestation of burnout syndrome in teachers (age aspect)* // Internet journal "Mir Nauki", 2018 No. 6, <https://mir-nauki.com/PDF/126PSMN618.pdf> (free access). Title from the screen. Yaz. Russian, English]

5. Pronicheva M.M., V.G. Bulygina, M.S. Moskovskaya M.S. *Modern studies of the syndrome of emotional burnout among specialists in the professions of the social sphere* // *Social and Clinical Psychiatry*. 2018, vol. 28 no. 4. pp. 100-105

6. *Psychology of stress and emotional burnout: textbook. allowance for stud. faculty of psychology.* / E, V. Kuznetsova, V. G. Petrovskaya, S.A. Ryazantsev. - Kuibyshev, 2012. - 96 p.

ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ВОСПИТАНИЯ ОСНОВНЫХ ДВИГАТЕЛЬНО-КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ 4-6 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ФИГУРНЫМ КАТАНИЕМ

Овезбердыева М.Д., Гониянц С.А.

Аннотация. Статья посвящена методике воспитания основных двигательных-координационных способностей у детей 4-6 лет, занимающихся оздоровительным фигурным катанием. Отмечены основные уровни развития координационных способностей детей дошкольного возраста. Использован комплексный подход в подборе средств и способов развития координационных способностей детей дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения. Характеризуются причины значимости развития координационных способностей для детей младшего дошкольного возраста. Определяются общие задачи развития координационной системы у детей младшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: двигательно-координационная способность, методика воспитания, дошкольный возраст, фигурное катание.

Двигательная координация – это своего рода преодоление привычного свободного положения или состояния органов, которое побуждает их выйти из положения свободы, подвергая их управлению. При слабом развитии координации движения организм пытается фиксировать большую часть суставов при управлении движением звеньев [5].

Фигурное катание всегда являлось сложным видом спорта в плане координации. Все потому, что спортсмен выполняет специальные элементы имея маленькую площадь касания со льдом, в то время как поверхность льда имеет хрупкий и скользкий верхний слой, за которым следует твердый пласт льда. Спортсмену приходится выполнять множество специальных элементов, которые имеют высокую сложность исполнения [1].

Можно выделить три основных вида координации:

1. Двигательная координация представляет собой взаимосвязь всех двигательных звеньев человеческого тела в пространственных и временных ситуациях. Также это возможность осуществлять двигательные задачи в определенной ситуации, в условиях внешних обстоятельств и функциональному состоянию организма.

2. Мышечная координация – это мышечная согласованность, дающая управляющие команды звеньям тела.

3. Нервная координация – это программное решения двигательной задачи, производимой в определенных условиях, имеющее интегральные показатели взаимодействия афферентных систем организма [2].

Значительную роль координационные способности играют для физического развития детей младшего дошкольного возраста. Этот факт подтверждается многими учеными и врачами, так как данный период развития человеческого организма связан с заложением основ выполнения движений и их управления.

Некоторые способности координации, из рассмотренных выше, не могут поддаваться развитию в более позднем возрасте. В дошкольные годы ребенок закладывает фундамент в развитии навыков, отношений и интересов к физическим и спортивным занятиям. В данном возрасте зарождаются предпосылки к определенным видам спорта и физическому совершенствованию.

В возрасте 4-7 лет, наиболее активно формируется двигательные координационные навыки. Следовательно, данный возраст является наиболее благоприятным для становления многих двигательных функций и проявлений. Поэтому важным фактором в развитии координационной способности ребенка младшего дошкольного возраста является эффективное и интенсивное развитие двигательной системы в данный период взросления.

Если координация ребенка будет развита слабо, он не сможет выполнять сильный бросок или широкий замах руки. При метании мяча ребенку будет сложно добиться правильной траектории его полета и дальности метания [7].

Значимость развития координационных способностей для детей младшего дошкольного возраста обуславливается несколькими причинами.

- Если координационные способности будут хорошо развиты, это создаст предпосылки для успешного осуществления физических упражнений ребенка. От их развитости будет зависеть скорость, метод и формат усвоения спортивной техники. Кроме того, это будет содействовать дальнейшей стабилизации координации в применении ее в разнообразных условиях. Ребенок повышает свой опыт управления двигательными процессами, а также вариативность данных движений.

- Приспособленность детей к будущему обучению в школе, к труду и другим жизненным процессам возможно только благодаря хорошо сформированной координационной способности. Таким образом, ребенок сможет эффективно справляться с рабочими процессами.

- Чем выше уровень координационных способностей, тем экономнее ребенок сможет расходовать свою энергию, что положительно скажется на ее величине. Используя правильную дозу величины и пространственное ориентирование будет происходить оптимальное усиление мышечных сил и их расслабление, что способствует рациональному расходованию энергии.

– Ребенок сможет в будущем избежать ощущения монотонности от однообразных занятий в школе, что принесет ему больше положительных эмоций при участии в учебной и спортивной деятельности. Координация позволяет сделать варианты упражнения разнообразными [4].

Общими задачами развития координационной системы у детей младшего дошкольного возраста является регулярное освоение новых движений, а также их дальнейшее совершенствование за счет их применения в разных условиях. Кроме того, к этим задачам можно отнести обеспечение широкой базы координации, в которую включаются новые, в том числе и специфические двигательные навыки, и умения. Благодаря решению этих задач ребенок сможет формировать двигательную память, а также речевые, интеллектуальные и мыслительные процессы [6].

К решению этих задач важно подходить с учетом особенностей возраста ребенка, а также процесса его развития, который проявляется в силовых, скоростных, выносливых и гибких способностях. Что касается задач по применению координационных способностей в освоении техник и тактических элементов в определенных спортивных дисциплинах, то в данном возрасте они только намечаются [3].

В качестве методов развития координационных способностей для детей младшего дошкольного возраста, можно использовать разные физические упражнения. Данные упражнения должны быть направлены на возможность преодолевать координационные трудности. От исполнителя таких упражнений ожидается правильность и скорость выполнения, а также рациональность при выполнении новых или сложных двигательных процессов.

Для выполнения данных физических упражнений можно использовать разнообразные техники, при которых стоит учитывать пол ребенка, возрастные особенности и его индивидуальные навыки. При этом выполнять такие упражнения можно самостоятельно или в группах дошкольных учреждений.

Забота об координационном развитии ребенка может проявляться в заботе о его костной системе, в результате чего важно принимать во внимание в какой позе находится ребенок, как держит осанку, и какая у него походка.

Как видно для развития ребенка дошкольного возраста важно повышение координационных способностей, которые положительно сказываются на физическом и психологическом формировании.

Подводя итоги понятия координационных способностей, под ними следует понимать возможность координировать и преобразовывать двигательные действия, имеющие сформированный характер. Кроме того, это способность выполнять переключение с одного движения на другое не

зависимо от изменяющихся условий. Хорошо развитая координация позволяет выстраивать полноценное движение целесообразно.

Литература

1. Апанасенко Г.А. Здоровье – М. : Физическая культура и спорт, 2002. – 62 с.
2. Батищева Л.Д. Развитие координационных способностей детей младшего школьного возраста с нарушением зрения / Л.Д. Батищева, М.И. Евстигнеева // Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики : материалы XV Международной научно-практической конференции. – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2018. – С. 94–96.
3. Вандышев, В.И. Развитие координационных способностей на спортивно-оздоровительном этапе у юных самбистов на основе специализированных игровых заданий [Текст] / И. В. Вандышев // Теория и практика физической культуры, 2017. - № 1 - С. 44-46.
4. Левченкова, Т.В. Педагогический анализ детских физкультурно-оздоровительных программ в фитнес-клубах / Т.А. Левченкова // Наука и образование, 2017. – № 4 (76). – С. 95–99.
5. Мануева Р. С. Физическое развитие детей и подростков. Показатели. Методы оценки: Учебное пособие. – Иркутск: ИГМУ, 2018. – 52 с.
6. Сулим Е.В. «Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет». М.: СФЕРА, 2017. 220 с.
7. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. М: ТЦ Сфера, 2017. - 176с

Овезбердыева Медине Дзхошгуновна, магистрант 2 курса, направление подготовки Теория, методика и технологии фитнеса, medice06@mail.ru, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва.

Научный руководитель: Гониянц Степан Александрович, кандидат педагогических наук, профессор, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва.

FEATURES OF THE METHOD OF EDUCATION OF THE MAIN MOTOR-COORDINATING ABILITIES IN CHILDREN 4-6 YEARS OLD, INVOLVED IN HEALTH FIGURE SKATING

Ovezberdyeva Medine Dzhoshgunovna, 2nd year master's student, direction of training Theory, methodology and technologies of fitness, medice06@mail.ru, Russia, Moscow, Russian University Sport "GTSOLIFK".

Scientific adviser: Goniants Stepan Alexandrovich, Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Russia, Moscow, Russian University Sport "GTSOLIFK".

Abstract. The article is devoted to the method of education of the main motor-coordinating abilities in children 4-6 years old, involved in health figure skating. The main levels of development of coordination abilities of preschool children are noted. An integrated approach was used in the selection of means and methods for developing the coordination abilities of preschool children in a preschool educational institution. The reasons for the significance of the development of coordination abilities for children of primary preschool age are characterized. The general tasks of the development of the coordination system in children of primary preschool age are determined.

Keywords: motor-coordinating ability, method of education, preschool age, figure skating.

References

1. Apanasenko G.A. *Health - M. : Physical culture and sport*, 2002. - 62 S.
2. Batishcheva L.D. *Development of coordination abilities of children of primary school age with visual impairment / L.D. Batishcheva, M.I. Evstigneeva // Physical culture and sport: integration of science and practice: materials of the XV International scientific and practical conference. - Stavropol: Publishing house of NCFU, 2018. – S. 94–96.*
3. Vandyshchev, V.I. *Development of coordination abilities at the sports and health-improving stage among young sambo wrestlers on the basis of specialized game tasks [Text]/I. V. Vandyshchev //Theory and practice of physical culture, 2017. - No. 1 -S. 44-46.*
4. Levchenkova, T.V. *Pedagogical analysis of children's sports and health programs in fitness clubs / T.A. Levchenkova // Science and education, 2017. - No. 4 (76). – S. 95–99.*
5. Manueva R. S. *Physical development of children and adolescents. Indicators. Assessment Methods: Study Guide. - Irkutsk: IGMU, 2018. - 52 S.*
6. Sulim E.V. *"Children's fitness. Physical education classes for children 5-7 years old. M.: SPHERE, 2017. 220 S.*
7. Tarasova T.A. *Control of the physical condition of preschool children: Guidelines for leaders and teachers of preschool educational institutions. M: SC Sphere, 2017. – S. 176.*

ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

Петеян А.Г., Лейбович А.С.

Аннотация. Физическое воспитание необходимо в современном мире, где обучающиеся с трудом находят время для себя. Учебные занятия по физической культуре готовят учащихся к жизни и способствуют гармоничному физическому развитию. Практические занятия позволяют студенту тренировать тело, укреплять физическое и психическое здоровье, улучшать физические показатели, а также способности и навыки, которые пригодятся в повседневной жизни и профессиональной деятельности.

Ключевые слова: учебное заведение, физическая культура, физическое развитие, двигательная активность.

В современном мире физическое воспитание имеет одну ведущую цель – развитие личности. Задачи педагогического процесса выглядят следующим образом – способствует эмоциональному и умственному развитию, помогает преодолевать стресс. В результате обучающийся чувствует себя менее измученным и более счастливым. Это также помогает в совершенствовании и продвижении лидерских качеств в учебном процессе.

Физическое воспитание укрепляет характер студентов и помогает в адаптации для жизни в обществе, а также позволяет ему сталкиваться с трудностями, терпеть поражения и принимать правильные решения и рисковать, что очень необходимо в современном мире конкуренции. Это также вызывает чувство братства, спортивного мастерства, сотрудничества, симпатии, вежливости, лояльности и многого другого.

Физическая культура предоставляет обширные знания о различных инфекционных заболеваниях и заболеваниях, опасных для здоровья, а физическое воспитание обеспечивает эффективные способы борьбы с этими заболеваниями [2, с. 195].

В последнее время в теории и практике физической культуры и спорта встречаются суждения о том, что система физического воспитания в системе высшего учебного заведения имеет несостоятельность и некоторую неэффективность.

В ходе практической деятельности можно выделить основные причины неэффективности занятий по физической культуре:

1. Наличие устойчивой прибавки заболеваемости обучающихся от курса к курсу;
2. Существующий низкий порог мотивации к самостоятельным систематическим занятиям по физической культуре;

3. Отсутствие заинтересованности обучающихся к практическим урокам физической культуры;

4. Отсутствие взаимосвязи урочных занятий с методическим и содержательным оснащением процессом физического самовоспитания;

5. Наличие низкого уровня физической подготовленности, а также функционального состояния обучающихся;

6. В большинстве случаев отсутствие стабильной и актуальной материально-технической базы в образовательном учебном заведении, не позволяющая в полной мере реализовывать требования учебной программы по дисциплине «Физическая культура», «Физическая культура и спорт», «Элективные дисциплины по выбору» [1, с. 211].

Нет сомнений о том, что учащиеся, которые не занимаются физкультурой, скорее всего, не будут физически активны во взрослом возрасте.

Некоторые учащиеся не хотят участвовать в занятиях физкультурой, потому что боятся получить травмы. Их аргумент заключается в том, что люди, занимающиеся физической активностью, подвергаются более высокому риску получения травм, чем те, кто занимается в академических классах. Стоит отметить, что необходимо доказывать обратное, а именно, что занятия по физической культуре укрепляет организм, мышцы.

Во время занятий по физической культуре следует больше уделять внимание развитию гибкости. Хорошая подвижность суставов предотвращает от получение травм.

Стоит отметить, что с каждым годом физическая подготовленность падает, результаты контрольных норматив имеют низкие средние показатели.

В связи с этим, важно переработать систему образовательного процесса, так как он не успевает за динамичными изменениями в обществе, поскольку развитие новых информационных технологий происходит очень быстро. Процесс усовершенствования занятий по физической культуре очень сложен, поскольку требует теоретических рамок с представлениями о физическом воспитании и знания практики преподавания, поскольку речь идет о том, чтобы сделать возможной реконструкцию целей и достичь желаемого эффекта развития физической подготовки среди обучающихся.

Литература

1. Бегидова Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. М.: Юрайт, 2019. 192 с.

2. Бишаева А.А., Малков А.А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 312 с.

Петеян Анна Гарегиновна, студент, Annapeteyan77@icloud.com Россия, Новосибирск, Сибирский университет потребительской кооперации

Лейбович Альвина Сергеевна, ст. преподаватель, Alvinazakharova@mail.ru, Россия, Новосибирск Сибирский университет потребительской кооперации.

THE MAIN PROBLEMS OF CONDUCTING P.E CLASSES

Peteyan Anna Gareginovna student, Annapeteyan77@icloud.com, Russia, Novosibirsk, Siberian University of Consumer Cooperation.

Leybvich Alvina Sergeevna, senior lecturer, Alvinazakharova@mail.ru, Russia, Novosibirsk, Siberian University of Consumer Cooperation.

Abstract. *Physical education is necessary in the modern world, where people hardly find time for themselves. Physical education classes prepare students for life and contribute to harmonious physical development. Sports activities train the body, strengthen health, improve physical qualities, abilities and skills, thereby increase physical fitness, and also create favorable conditions for a long and active life.*

Keywords: *modern world, physical culture, development, active life.*

References

1. Begidova T. P. Theory and organization of adaptive physical culture. Moscow: Yurayt, 2019. 192 p.

2. Bishaeva A.A., Malkov A.A. Physical culture. Textbook. Moscow: KnoRus, 2020. 312 p.

К ВОПРОСУ О ПЕРЕНОСЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Суховецкая Я.С., Резенова М.В.

Аннотация «Перенос тренированности» - это явление, когда изменение результата в одном упражнении влечет за собой изменение результата в другом. Но перенос не всегда сопровождается положительными тенденциями. Иногда с увеличением силы уменьшается скорость движения или подвижность в суставах, из этого следует, что перенос бывает, как положительный, так и отрицательный.

Благодаря переносу, приобретенные на занятиях физической культурой навыки, облегчают овладение самыми разнообразными двигательными, трудовыми и бытовыми действиями. Поэтому явление положительного переноса навыков необходимо использовать при организации учебно-тренировочного процесса.

Являясь составной частью профессиональной подготовки студента, физическая культура играет большую роль в дальнейших успехах будущих специалистов, значимость которой проявляется не только через формирование общечеловеческих ценностей, но и через согласованное развитие личности.

В процессе исследования было выявлено, что вопрос изучения положительного переноса двигательных способностей на профессионально-важные навыки у студентов не физкультурных вузов недостаточно изучен.

Ключевые слова Перенос тренированности, отрицательный перенос тренированности, положительный перенос тренированности, физические качества.

Актуальность. Явление, когда изменение результата в одном упражнении влечет за собой изменение результата в другом, получило название «перенос тренированности». Но не всегда улучшение результата в одном упражнении сопровождается улучшением в другом. Иногда с увеличением силы уменьшается скорость движения или подвижность в суставах, из этого следует, что перенос бывает, как положительный, так и отрицательный [1].

Положительный перенос – это взаимодействие навыков, когда ранее сформированный навык способствует, облегчает и ускоряет процесс становления нового навыка. Основным условием положительного переноса является наличие структурного сходства в главном звене техники двигательных действий [3].

Положительный перенос может быть однородным и разнородным. При положительном однородном переносе наблюдается повышение уровня одного и того же физического качества в применявшихся и не применявшихся в тренировке упражнениях. В случае разнородного переноса, тренировка, направленная на развитие одного физического качества, приводит к изменению уровня, как этого, так и других физических качеств. Разнородный перенос может быть отрицательным. В этом случае увеличение уровня одного физического качества сопровождается снижением уровня другого. При косвенном однородном и

разнородном переносе создаются предпосылки более успешного развития физических качеств в процессе последующей тренировки [2].

Перенос тренированности является фактором, обеспечивающим прикладность физического воспитания, а для спорта его можно считать специфическим явлением [1, 2].

По результатам изучения влияния спортивной тренировки на развитие физических качеств, можно сказать, что все они в большинстве случаев взаимосвязаны друг с другом. На начальном этапе подготовки особенно выражено, что тренировочные эффекты связаны с развитием физических качеств [4].

По мере повышения уровня общей и специальной физической подготовки прирост разных двигательных качеств происходит только в результате использования специальных средств и методов. В некоторых случаях имеет место отрицательное влияние одних качеств на другие. Так, например, высокий уровень развития гибкости в некоторых случаях, ухудшает показатели точности движений; поэтому, опытные тренеры не стремятся добиваться максимальной гибкости.

Так же отмечается, что с ростом тренированности происходит уменьшение эффекта переноса физических качеств. Наряду с этим экспериментальными исследованиями установлено, что переносом тренированности возможно управлять в определенных пределах, изменяя объем и интенсивность тренировочной нагрузки [5].

Исследования подтверждают наличие переноса между специфической двигательной деятельностью и результатами спортивной подготовки [2].

Одна группа метателей молота на утреннем тренировочном занятии использовала молот весом 8 кг, а на вечернем – молот весом 6 кг. Вторая группа – на утреннем занятии использовала снаряды 9 и 10 кг, а на вечернем – снаряд весом 5 кг. В ходе исследования был выявлен положительный перенос развития силовых способностей на скоростно-силовые показатели [5].

Экспериментальная группа пловцов, в которой занятия силовой направленности и плавательными тренировками проводились только в воде, достигла наибольшего эффекта в развитии силы мышц рук, чем группа, которая занималась силовыми тренировками в спортивном зале и тренировками в воде. А анализ частоты гребков показал, что величина переноса эффекта силовых тренировок на соревновательные упражнения была выше во второй группе. Установлено, как наличие положительного, так и отрицательного переноса тренированности.

В первой группе перенос эффекта силовых занятий спортсменов на соревновательные упражнения был на 4,1% ниже, чем во второй. Также наблюдался положительный перенос эффекта силовой тренировки на

двигательный цикл. Во второй группе перенос был на 18% выше, чем в первой группе [6].

В исследовании Priluckij et al выявили отрицательный перенос эффекта силовых тренировок, выполняемых в воде с использованием лопаток, на длину двигательного цикла. Более того, в исследовании Roberts et al отмечали отрицательный перенос на двигательный цикл во время плавания на 100 ярдов после силовой тренировки на биокинетическом тренажере. [6].

Исходя из вышесказанного, было выявлено, что учет закономерностей переноса тренированности необходимое условие обоснованного подбора средств физической подготовки для направленного развития организма. Сознательное управление процессами переноса позволяет успешнее решать поставленные задачи [2].

Готовность человека к труду рассматривается по-разному, в зависимости от специфики структуры профессиональной деятельности. Готовность объясняют через совокупность мотивационных, познавательных, эмоциональных и волевых качеств личности, а также психофизиологической готовности [3].

Сущность психофизиологической готовности заключается, в следующих компонентах:

- физиологический статус;
- уровень переносимости функциональных нагрузочных проб (функциональная устойчивость организма);
- физическая подготовленность;
- совокупность характеристик сердечно-сосудистой системы, биохимический статус, и статус центральной нервной системы.

Выявлено, что для успешного формирования профессионально важных качеств будущих специалистов, необходимо учитывать состояние способностей центральной нервной системы [1].

Благодаря переносу, приобретенные на занятиях физической культурой навыки, облегчат овладение самыми разнообразными двигательными, трудовыми и бытовыми действиями. Поэтому явление положительного переноса способностей необходимо использовать при организации учебно-тренировочного процесса в вузах [5].

Физическое воспитание в вузе должно учитывать специфику будущего труда выпускников, в противном случае, это может затруднить формирование качеств и навыков в силу так называемого отрицательного переноса тренированности. Перенос тренированности на психомоторные качества студентов не физкультурных вузов, пока еще, недостаточно описан в научных трудах.

Являясь составной частью профессиональной подготовки студента вуза, физическая культура входит обязательным разделом в гуманитарный

компонент образования, значимость которого проявляется через формирование общечеловеческих ценностей таких, как здоровье, физическое и психическое благополучие, физическое совершенство.

Чтобы иметь возможность участвовать во всех направлениях деятельности, студенту необходимо всестороннее развитие, включая развитие всех физических качеств [4].

Принимая во внимание вышесказанное и то, что большинство исследований, связанных с переносом двигательных способностей, проводилось на спортсменах – следует выявить наличие корреляционной связи между развитием физических качеств и профессионально важных психомоторных, двигательных умений, и совершенствованием психофизиологических возможностей организма, учитывая особенностей будущей профессиональной деятельности студентов [3].

В процессе анализа научно-методических источников, было выявлено, что в большей степени перенос двигательных способностей изучен по отношению к спортсменам. В связи с этим, можно сделать вывод, что вопрос изучения положительного переноса двигательных способностей на профессионально-важные качества студентов не физкультурных вузов в настоящее время недостаточно изучен.

Литература

1. Теория и методика физического воспитания. Учебник для Т 33 ин-тов физ. культуры. Под общей ред. Л. П. Матвеева и А. Д. Новикова. Изд. 2-е, испр. и доп. (В 2-х т.). М., «Физкультура и спорт», 1976.
2. Герасимов, И.В. «Перенос тренированности на профессиональную деятельность в процессе физической подготовки» https://орюи.мвд.рф/upload/site137/document_journal/eBw7AgJVBP.pdf#page=132.
3. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2000 — 448 с.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Х73 Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. -2-е изд., исир. идоп. - М.: Издательский центр «Академия», 2003. - 4S0 с.
5. А.П. Бондарчук «Вопросы переноса тренированности метателей молота высокой квалификации с использованием «феномена пассивной активации» <https://cyberleninka.ru/article/n/voprosy-perenosa-trenirovannosti-metateley-molota-vysokoy-kvalifikatsii-s-ispolzovaniem-fenomena-passivnoy-aktivatsii/viewer>.
6. Ежи Садовски «Перенос кумулятивного эффекта силовой тренировки на суше на скорость и параметры техники плавания» <https://cyberleninka.ru/article/n/perenos-kumulyativnogo-effekta-silovoy-trenirovki-na-sushe-na-skorost-i-parametry-tehniki-plavaniya/viewer>.

Суховецкая Яна Сргеевна обучающийся 4 курса кафедры РИСОТ, Федеральное Государственное Бюджетное Образовательное Учреждение Высшего Образования «Российский Университет Спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва, yana.suhovetskaya@yandex.ru.

Резенова Мария Владимировна старший преподаватель кафедры РИСОТ, Федеральное Государственное Бюджетное Образовательное Учреждение Высшего Образования «Российский Университет Спорта «ГЦОЛИФК», Россия, Москва, rezenov69@mail.ru.

ON THE QUESTION OF THE TRANSFER OF MOTOR ABILITIES

Sukhovetskaya Yana Srgeevna 4th year student of the RiSOT Department, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports "GTSOLIFK", Russia, Moscow, yana.suhovetskaya@yandex.ru.

Rezenova Maria Vladimirovna Senior Lecturer of the RiSOT Department, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Russian University of Sports "GTSOLIFK", Russia, Moscow, rezenov69@mail.ru.

Abstract. "Transference of fitness" is a phenomenon when a change in the result in one exercise entails a change in the result in another. But the transfer is not always accompanied by positive trends. Sometimes, with an increase in strength, the speed of movement or mobility in the joints decreases, which means that the transfer can be both positive and negative.

Thanks to the transfer, the skills acquired in physical education classes facilitate the mastery of a wide variety of motor, labor and household activities. Therefore, the phenomenon of positive transfer of skills must be used in the organization of the educational and training process.

Being an integral part of the student's professional training, physical culture plays an important role in the future success of future specialists, the importance of which is manifested not only through the formation of universal values, but also through the coordinated development of personality.

In the course of the study, it was revealed that the issue of studying the positive transfer of motor abilities to professionally important skills among students of non-physical education universities has not been sufficiently studied.

Keywords: transfer of fitness, negative transfer of fitness, positive transfer of fitness, physical qualities.

References

1. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya. Uchebnik dlya T 33 in-tov fiz. kul'tury. Pod obshhej red. L. P. Matveeva i A. D. Novikova. Izd. 2-e, ispr. i dop. (V 2-x t.). M., «Fizkul'tura i sport», 1976.
2. Gerasimov, I.V. «Perenos trenirovannosti na professional`nuyu deyatel`nost` v processe fizicheskoy podgotovki» https://oryui.mvd.rf/upload/site137/document_journal/eBw7AgJVBP.pdf#page=132
3. Fizicheskaya kul'tura studenta: Uchebnik / Pod red. V.I. Il'inicha. M.: Gardariki, 2000 — 448 s.
4. Xolodov Zh.K., Kuzneczov B.C. X73 Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta: Ucheb. posobie dlya stud. vyssh. ucheb. zavedenij. -2-e izd., ispr. idop. - M.: Izdatel'skij centr «Akademiya», 2003. - 450 s.

5. A.P. Bondarchuk «Voprosy` perenosa trenirovannosti metatelej molota vy`sokoj kvalifikatsii s ispol`zovaniem «fenomena passivnoy aktivatsii» <https://cyberleninka.ru/article/n/voprosy-perenosa-trenirovannosti-metateley-molota-vysokoy-kvalifikatsii-s-ispolzovaniem-fenomena-passivnoy-aktivatsii/viewer>
6. Ezhi Sadovski «Perenos kumulyativnogo e`ffekta silovoy trenirovki na sushe na skorost` i parametry` texniki plavaniya» <https://cyberleninka.ru/article/n/perenos-kumulyativnogo-effekta-silovoy-trenirovki-na-sushe-na-skorost-i-parametry-tehniki-plavaniya/viewer>.

КВЕСТ КАК СОВРЕМЕННАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Фролова С.С.

Аннотация. В статье рассматриваются возможности применения различных форм квестов образовательной и игровой направленности в учебных занятиях физической культурой и спортивных дисциплин для студентов колледжа. Автором изучены современные теоретико-методологические подходы к использованию квестов на учебных занятиях и проведён анализ квест-технологии в содержании занятий физической культурой. Предложена модель практического применения квеста как современной педагогической технологии для оптимизации физического воспитания и формирования профессиональных компетенций будущих педагогов физической культуры и спорта.

Ключевые слова: квест-технология, колледж физической культуры и спорта, образовательный квест, современные педагогические технологии, будущие педагоги физической культуры и спорта.

Введение. Современное общество и состояние системы образования в целом, диктуют на сегодняшний день такие условия реализации физического воспитания, при которых возможность развития студентов в их профессиональном становлении неосуществима без внедрения в процесс обучения и воспитания современных педагогических технологий, отличающихся мобильностью и лёгкостью восприятия даже при больших объёмах учебной информации. Примером такой современной педагогической технологии является образовательный квест, нашедший своё применение на всех ступенях образования, ориентированный на формирование познавательной активности участников процесса, их мотивацию и развитие деятельностного участия в педагогическом процессе.

Квест-технология может быть представлена сочетанием педагогических технологий проблемного, проектного и игрового обучения в парадигме личностного и системно-деятельностного подходов, ориентированная при этом на качественное достижение образовательных и воспитательных целей в формировании будущих педагогов физической культуры. Актуальность внедрения современных педагогических технологий в образовательный процесс студентов колледжа физической культуры и спорта обусловлена тем, что «инновации в образовательных технологиях являются основой будущей профессиональной деятельности учителя физической культуры и тренера...» [1, 2, 4, 5, 6].

Современные исследователи определяют образовательный квест как проблемную форму проведения учебных занятий, соединяющую в себе

помимо проблемных методов, исследовательские, игровые, информационно-коммуникационные методы обучения, реализуемые в целенаправленном поиске, при выполнении поэтапных заданий с приключениями или игрой, по определённой сюжетной линии или легенде, позволяющей оптимизировать обеспечение саморазвития и самовоспитания студентов [3, 4, 5, 6].

В основе образовательного квеста упрочилась проблемная ситуация, призванная обеспечить в процессе своего решения усвоение студентами новых знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, необходимых будущему педагогу этой сферы. Некоторыми учёными также обозначена эффективность применения квест-технологий в занятиях лёгкой атлетикой оздоровительной направленности: квест-задания в этом случае направлены на психофизическое восстановление и развитие общей выносливости при занятии бегом. Квест-технологии могут более полно реализовать деятельностный подход, где участники образовательного процесса в форме игры решают проблемные ситуации, конкретно поставленные задачи, добывают и систематизируют самостоятельно новую информацию. В системе высшего образования так же наблюдается положительный опыт применения квест-технологий в организации практического и теоретического обучения по учебному модулю «Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий» в рамках физического воспитания студентов высшей школы и освоения ими дисциплины «Физическая культура» [4, 5, 6,].

Безусловно, квест-технологии и их использование в колледже физической культуры и спорта может способствовать оптимизации физического воспитания будущих педагогов и освоению профессиональных компетенций, но исследований в данной области недостаточно, в связи с чем и выбрано это направление для изучения перспектив и создания модели эффективного применения современной педагогической технологии квест в профессиональном образовании и становлении будущих педагогов физической культуры и спорта в рамках СПО.

Цель исследования – выявление модели практического применения современных педагогических технологий в форме квестов.

Методика и организация исследования. Исследование проводилось в несколько этапов: теоретическая часть исследования предполагала изучение структуры квест-технологий, видов и классификаций квестов, составление программы выборки учебных тем для проработки теоретических знаний и практическое применение в течение одного семестра в рамках изучаемых специальных спортивных дисциплин среди студентов 3 курсов (n=94) Колледжа физической культуры и спорта «Спарта». Образовательный квест в процессе обучения студентов можно

представить как вид исследовательской деятельности, специальным образом организованной для выполнения которой обучающиеся осуществляют поиск информации по указанным адресам в реальном или виртуальном пространстве и выполнение заданий квеста. Любой квест и образовательный в том числе, носит игровой характер и выделяет в себе некоторые видовые характеристики. Предложена модель практического применения различных видов квестов с образовательной компонентой в содержании специальных спортивных практических и спортивно-теоретических дисциплин в рамках обучения в колледже физической культуры и спорта (Таблица 1).

Таблица 1 – Виды квест-технологий физкультурно-спортивной направленности

№	Вид	Описание технологии
1	Приключенческая игра	В основе приключенческий сюжет с известным спортсменом в главной роли, задания составляются в соответствии с его биографией и спортивными достижениями.
2	Задания в ролевых играх (компьютерных или реальных)	Игра проходит через взаимодействие с другими персонажами. При получении роли участник перевоплощается в другого человека (спортсмена нового для себя вида спорта или наоборот человека с проблемами, которые необходимо решить с помощью физических упражнений), в этом новом образе, обучающемуся нужно решить какие-то задачи и достигнуть своих целей.
3	Поиск выхода из комнаты	Участники условно заперты в комнате, и чтобы выйти из неё выполняют задания, разгадывают загадки в соответствии с тематикой спортивной дисциплины.
4	Городское ориентирование (квест-экскурсия)	Квест -экскурсия по доступным спортивным объектам, выполнение заданий по карточкам, включение физической активности умеренной интенсивности, работа может проводиться как в командах 10–12 человек, так и в мини группах 3–4 человека или индивидуально.
5	Детективные игры	Легенда предлагается с детективным сюжетом, связанным со спортом, пропажей спортивного инвентаря или разгадкой тайны, а целью команды будет решить задачи по распутыванию дела.
6	Квест-перформанс	В этом квесте участвуют актеры (в качестве актёров могут выступить старшекурсники в рамках прохождения учебной практики) они задают ритм и атмосферу квеста. Возможна только с помощью специального оборудования (программ), может имитировать различные виды спорта и физической активности.
7	Виртуальная реальность	

8	Лабиринт	Поиск выхода из лабиринта путём выполнения заданий и головоломок спортивной направленности.
9	С закрытыми глазами (Морфеус)	Участникам завязывают глаза, и они выполняют спортивные задания с помощью других органов чувств: слух, тактильные ощущения, мышечная память.
10	Экшн-игра (Спортивный квест)	Активная квест-игра со спортивными заданиями и прохождением полосы препятствий, не ограничивается одним залом, проводится в командах.
11	Настольные квесты	Представляет собой смешение или объединение настольных игр и квестов. Следует продумать сюжет в основе обязательно история о каком-либо виде спорта, его возникновении, правилах, развитии. Затем добавляют головоломки и упаковывают все это в коробочку, ящик, чемодан или что-то очень похожее. Задача обучающихся последовательно открывать отделение за отделением, с тем чтобы добраться до самого финала и раскрыть главную тайну истории.
12	Детский квест	В основе сюжет известной сказки или мультимедийного фильма модифицированный в тематики о режиме дня и физических упражнениях, физкультурных минутках или Олимпийском движении.

На втором этапе исследования были проведены опросы групп, в которых использовались образовательные квесты в процессе обучения и самостоятельной работы, а также проанализирована успеваемость этих групп и проведено сравнение с успеваемостью в группах, где обучение велось по стандартным методикам, без использования образовательных квестов.

Результаты исследования и их обсуждение. В результате анализа применения квест-технологий в процессе физического воспитания и образования студентов колледжа были получены данные, позволяющие судить об эффективности и возможности их применения в целях совершенствования и повышения результативности образовательного процесса будущих педагогов. Так, большинство опрошенных студентов (96%) ответили утвердительно на вопрос «понравилось ли им изучение учебного материала в форме прохождения квеста», при этом 84% респондентов считают, что выполнения заданий квестов помогли им более качественно и быстро подготовиться к аттестации по учебным дисциплинам. Анализ успеваемости студентов показал прирост (10–14%) в получении оценок «отлично» на экзаменах по дисциплинам, где в обучении и подготовке применялись квест-технологии, тогда как в группах, где квест-технологии не были использованы, напротив, наблюдался спад на 1–2%.

Заключение. По результатам исследования можно сделать вывод, что применение квест-технологий в рамках образовательного процесса колледжа физической культуры и спорта, а также самостоятельной

подготовке студентов к зачётам и экзаменам по специальным профессиональным дисциплинам вызывает положительное отношение студентов в доступности и оптимизации усвоения материала, а также способствует улучшению качества результатов освоения учебных модулей и дисциплин. Следовательно, если предложенные современные педагогические технологии в форме образовательных квестов будут применяться на практике в обучении студентов колледжа в соответствии с представленной моделью — это послужит оптимизирующим фактором развития и совершенствования уровня профессиональной подготовки будущих педагогов сферы физической культуры и спорта.

Литература

1. Ботяев, В. Л. Реализация квест-технологий на занятиях физической культурой в школе у обучающихся среднего школьного возраста / В. Л. Ботяев, Н. А. Сорока // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2020. – № 4 (182). – С. 48–53.
2. Глухова, М. Ю. Применение интерактивных форм в обучении школьников по предмету «Физическая культура» / М. Ю. Глухова, О. А. Жестовская // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2022. – № 4 (206). – С. 71–78.
3. Гудков, Ю. Э. Особенности физической рекреации школьников средством оздоровительного бега с использованием квест-заданий / Ю. Э. Гудков, Т. М. Дьяконова, Е. А. Мунирова, А. Н. Кленина, Н. Ш. Подледнова // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2019. – № 12 (178). – С. 74–79.
4. Неверкович С. Д. Интерактивные технологии подготовки кадров в сфере физической культуры / С. Д. Неверкович, Е. В. Быстрицкая, Р. У. Ариффулина. М.: СпортЧеловек, 2018. - 282 с.
5. Складенко, А. В. Технология Web-квест как одна из форм работы студентов при изучении дисциплины «Физическая культура» в высшей школе / А. В. Складенко // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2018. – № 5 (159). – С. 271–274.
6. Фирсин, С. А. Использование квест-технологий на уроках физической культуры / С. А. Фирсин // Конференциум АСОУ: сборник научных трудов и материалов научно-практических конференций. Вып.2. – Москва: АСОУ, 2017. – С. 452–456.

Фролова Светлана Сергеевна — преподаватель специальных дисциплин Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения города Москвы «Колледж физической культуры и спорта «Спарта» Департамента спорта города Москвы, Москва, Россия, frolovasparta@mail.ru.

QUEST AS A MODERN PEDAGOGICAL TECHNOLOGY OF PHYSICAL EDUCATION OF COLLEGE STUDENTS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

Svetlana S. Frolova State budgetary professional educational institution of the city of Moscow «College of Physical Culture and Sports «Sparta» of the Department of Sports of the City of Moscow, Moscow, Russia, frolovasparta@mail.ru.

Abstract. *The article discusses the possibilities of using various forms of educational and game-oriented quests in physical education classes and sports disciplines for college students. The author has studied modern theoretical and methodological approaches to the use of quests in training sessions and analyzed quest technology in the content of physical education classes. A model of practical application of the quest as a modern pedagogical technology for optimizing physical education and the formation of professional competencies of future teachers of physical culture and sports is proposed.*

Keywords: *quest technology, college of physical culture and sports, educational quest, modern pedagogical technologies, future teachers of physical culture and sports.*

References

1. Botyaev, V. L. The implementation of quest technologies in physical education classes at school for students of secondary school age / V. L. Botyaev, N. A. Soroka // *Scientific notes of the P. F. Lesgaft University*. – 2020. – № 4 (182). – Pp. 48-53.
2. Glukhova, M. Yu. The use of interactive forms in teaching schoolchildren on the subject of "Physical culture" / M. Yu. Glukhova, O. A. Gestivskaya // *Scientific notes of the P. F. Lesgaft University*. – 2022. – № 4 (206). – Pp. 71-78.
3. Gudkov, Yu. E. Features of physical recreation of schoolchildren by means of recreational running using quest tasks / Yu. E. Gudkov, T. M. Dyakonova, E. A. Munirova, A. N. Klenina, N. S. Podlednova // *Scientific notes of the P. F. Lesgaft University*. – 2019. – № 12 (178). – Pp. 74-79.
4. Neverkovich S. D. Interactive technologies of personnel training in the field of physical culture / S. D. Neverkovich, E. V. Bystritskaya, R. U. Arifulina. M.: Sportman, 2018. - 282 p.
5. Sklyarenko, A.V. Web-quest technology as one of the forms of students' work in the study of the discipline "Physical culture" in higher school / A.V. Sklyarenko // *Scientific notes of the P. F. Lesgaft University*. – 2018. – № 5 (159). – Pp. 271-274.
6. Firsin, S. A. The use of quest technologies in physical education lessons / S. A. Firsin // *ASOU Conference: collection of scientific papers and materials of scientific and practical conferences. Vol.2.* – Moscow: ASOU, 2017. – pp. 452-456.

ISBN 978-5-6047464-4-8

