

фективность сотрудничества зависит от разнообразия форм взаимодействия с вышеперечисленными организациями и учреждениями, а также поддержки молодежных инициатив. В филиале открыты клубы по интересам, спортивные секции; работает театр «Аквариум», кружок социально-правовой защиты «Гарант» и политический клуб «Мы и политика», творческий ансамбль «Реальный стиль», КВН. Студенческое самоуправление осуществляется через вовлечение молодежи в работу студенческого совета, студенческий волонтерский отряд «Ничего не жалей для людей», школу студенческого актива, постоянно и временно действующие комиссии.

Основными показателями результативности созданной воспитательной системы по формированию здоровья здорового человека и созданию здоровьесберегающего образовательного пространства являются: информация по обратной связи *вуз – судьбы выпускников*; отзывы родителей студентов, руководителей баз производственной практики и работодателей о профессиональной компетентности и человеческих качествах выпускников; результаты смотров, конкурсов, фестивалей различных уровней и направлений, анализы анкетирования студентов по проблеме «Я и вуз».

РАУЗЕТДИНОВА Г. А.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОРЫ В СПОРТИВНОМ ТУРИЗМЕ

Туризм – самая массовая форма активного отдыха и оздоровления трудящихся, одно из важных средств воспитания людей [3, с. 3].

Спортивный туризм служит важным средством гармонического развития студентов, укрепления их здоровья, воспитания современного человека. Этот вид спорта в системе физического воспитания выделен в особую группу, так как позволяет в наибольшей степени, по сравнению с другими видами, овладевать знаниями, умениями и навыками, необходимыми в повседневной жизни каждого человека.

Основными целями развития спортивного туризма в КГТУ-КАИ им. А. Н. Туполева являются:

- создание условий для укрепления и поддержания физического здоровья студентов путем приобщения их к регулярным занятиям физической культурой, спортом и туризмом;
- обмен опытом среди участников;
- пропаганда активного здорового образа жизни;
- совершенствование морально-волевых и интеллектуальных качеств студентов;
- формирование жизненно необходимых умений и навыков, совершенствование двигательных способностей;
- развитие личности студентов посредством их участия в организации и проведении похода выходного дня, соревнований, слетов, конкурсов и т. д.

Спортивный туризм является эффективным средством духовного и физического развития личности, воспитания бережного отношения к природе, взаимопонимания и взаимоуважения между людьми. Помогает более конструктивно строить межличностные отношения, как в рамках своего социума, так и за его пределами, что в свою очередь противодействует социальному отчуждению студентов и уменьшает возможность приобщения к наркотикам, проявления асоциального поведения в целом.

Для студентов спортивный туризм – это не только укрепление здоровья, но и школа воспитания. Воспитание – необходимое явление общественной жизни. Оно необходимо для дальнейшего развития общества, совершенствования его производительных сил, трудовых процессов, самого человека, его духовных и физических возможностей [1, с. 5]. Воспитание всесторонне и гармонично развитой личности возможно только в процессе активного участия студента в различных мероприятиях. Участие в мероприятиях турклуба направлено на формирование у студентов нравственных, волевых, эстетических качеств, вкусов, норм общественного поведения, повышение чувства патриотизма, мужества, гражданственности, воспитание командного духа. Деятельность оказывает на человека воспитательное воздействие, если она вызывает у него интерес и становится потребностью [2, с. 9]. Спортивный туризм для студентов является такой деятельностью. Студентам, особенно первокурсникам, порой не так-то просто разобратся в организации и проведении слетов и соревнований по спортивному туризму. На протяжении многих лет турклуб КАИ набирал на практике опыт в этой области. Студенты-

старшекурсники, занимающиеся туризмом, – это личности, которые поддерживают и стараются развивать накопленный опыт. Каждый год в организации туристских слетов и соревнований по туристскому многоборью студенты, занимающиеся туризмом, принимают самое активное участие. Они разрабатывают положение и программу, готовят место для проведения соревнований, разрабатывают маршрут, готовят дистанцию, проводят конкурсы, определяют состав судей-старшекурсников, назначают ответственных кураторов, которые сопровождают первокурсников от начала до конца соревнований, привлекают к своей деятельности медиков, лесников, службы безопасности и т. д. Спортивный туризм – это особая форма деятельности, позволяющая проявить индивидуальные особенности студентов, их интересы, характеры, умственную и двигательную активность. Проводимые мероприятия позволяют сформировать соответствующие потребности и интересы, моральные представления и понятия, сознание и чувство общественного долга, ответственности, коллективизма, которые обеспечивают дальнейшее воспитательное воздействие.

Таким образом, на слетах и соревнованиях на первое место выносятся проверка технической подготовки участников и педагогическая значимость мероприятия, его воспитательное воздействие.

В отличие от многих видов спорта, спортивный и активный туризм доступен всем студентам, требует минимальных затрат, так как тренировочный процесс и сами маршруты проходят в природной среде, не требуется дорогостоящих стадионов, специальных спортивных залов, дорогостоящего инвентаря. В то же время необходимо обеспечить минимальный уровень комфорта и безопасности при занятиях этим видом спорта и активного отдыха.

Занятия физическими упражнениями и спортивным туризмом являются, на наш взгляд, обязательной частью здорового образа жизни студентов, так как способствуют восполнению дефицита двигательной активности, стимулируют активное восстановление организма после нагрузки, повышают физическую и умственную работоспособность. Студенты, занимающиеся спортивным туризмом, туристским многоборьем, легче переносят нервно-психические нагрузки, умеют управлять своим самочувствием и настроением, поддерживают на должном уровне работоспособность, хорошо учатся и активно отдыхают. Дневная двигательная активность студентов в норме составляет 2 часа [2, с.

64]. Приобщение российской высшей школы к Болонскому процессу, балльно-рейтинговой системе, предъявляющей особые требования к посещаемости всех занятий, не дает студентам возможности не только должным образом справиться с учебной нагрузкой, но и уделить внимание своему здоровью. В этой ситуации нетрудно понять, какую роль играют для студентов тренировочные занятия, которые проходят в парковых зонах и в лесу.

Так, например, студенты турклуба КАИ в сентябре организуют походы выходного дня в леса Республики Марий Эл, а также походы с ночевкой. В этих походах они практически изучают технику пешеходного туризма, велотуризма, проходят определенный маршрут с соблюдением оптимального режима физических нагрузок и активного отдыха. Используя благотворное воздействие природных факторов на все функции организма, соблюдая правила личной и общественной гигиены, тем самым вырабатывают выносливость организма к физическим нагрузкам и укрепляют здоровье. В октябре проводится туристический слет, где студенты участвуют в различных конкурсах, соревнованиях по туристическому многоборью. Также традиционно в октябрь-ноябре проводятся походы 1-й категории сложности, где закрепляется полученный начальный туристический опыт. Встречи со студентами-туристами разных поколений, разных вузов и городов позволяют получить массу положительных эмоций, которых так не хватает в каждодневной жизни.

Таким образом, спортивный туризм является фактором укрепления здоровья. Он включает разнообразные по форме и содержанию двигательные действия по рациональному преодолению значительных расстояний, выполняемых в естественных условиях.

Несмотря на то, что в последнее время активность студентов, занимающихся спортивным туризмом, повысилась, она пока еще находится на недостаточно высоком уровне. Но имеющийся ресурсный и кадровый потенциал в КГТУ-КАИ позволяет преодолеть негативные тенденции. Увеличивается доля спортивного туризма среди остальных видов спорта в системе мер укрепления и поддержания здоровья студентов. Учитывается и позитивный эффект, дающий развитие этому виду спорта: жизнь наших студентов становится наполненной и интересной; их приобщение к здоровому образу жизни формирует устойчивую жизненную позицию.

В связи с вышеизложенным очевидна необходимость повышения мотивации студентов к занятиям спортивным туризмом, что предполагает предоставление студентам полного объема информации о средствах и методах данного вида спорта, целях его использования, возможных достижениях. Тренерско-преподавательскому составу необходимо показать социальную значимость этого вида спорта как для отдельной личности, так и для общества в целом, что позволит в свою очередь повысить интерес студенческой молодежи к занятиям спортивно-оздоровительным туризмом.

Литература

1. Педагогика : учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. В. В. Белорусовой, И. Н. Решетень. – 2-е изд., доп. и перераб. – М. : Физкультура и спорт, 1986.
2. Физическое воспитание студентов : тексты лекций / под ред. Б. А. Акишина, В. М. Ермолаева. – Казань : Изд-во Казан. гос. техн. ун-та, 2005.
3. Штюрмер Ю. А. Справочник туриста / Ю. А. Штюрмер. – 2-е изд., с изм. и доп. – М. : Профиздат, 1982.

РУБИС Л. Г.

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

Цель нашей исследовательской работы – повышение эффективности физического воспитания студентов средствами спортивно-оздоровительного туризма в сочетании со средствами физической подготовки.

Для повышения эффективности физического воспитания студентов была исследована методика спортивно-оздоровительного туризма в условиях вуза.

В ходе педагогического эксперимента изучалась мотивация студентов к занятиям спортивно-оздоровительным туризмом по выборам типов, видов и форм туризма на начальном этапе. Изменения мотивации и связанная с этим динамика выбора типов, видов и форм туризма оценивалась после одного года занятий. Эти изменения являлись основой для корректировки учебно-тренировочных планов для второго года занятий.

Студентам были предложены на выбор следующие типы туризма:

- культурно-познавательный (экскурсионный) туризм;
- культурно-развлекательный (игровой) туризм;