

**Возисова Мария Александровна**

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Чайковский государственный

институт физической культуры»

г. Чайковский, Пермский край

**СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ  
КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ  
БУДУЩИХ БАКАЛАВРОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

*Аннотация:* в статье раскрыт материал диссертационного исследования по формированию компетенций туристской направленности у будущих бакалавров по физической культуре, представлены развиваемые компетенции в профессиональной подготовке бакалавров физической культуры, технологии и методы их формирования, средства оценки. Показана динамика проведенного педагогического эксперимента, компетенций по развитию личностных качеств.

*Ключевые слова:* профессиональная деятельность, физкультурные кадры, социально-личностные качества, бакалавры физической культуры, спортивно-оздоровительный туризм.

*Актуальность.* Важнейшая социальная функция образования заключается в формировании личности, соответствующей социальным требованиям. Личность рассматривается в современной науке как феномен общественного развития, при этом стержневым образованием личности является самооценка, которая строится на оценках индивида другими людьми. В структуру личности входят и все психологические характеристики человека, и все морфофизиологические особенности его организма. Развитие личности происходит в деятельности, в процессе решения значимых профессиональных задач (С.Л. Рубинштейн) [3], так личностная подготовка будущих бакалавров по физической культуре в рамках дисциплин «Теория и методика обучения туризму», «Автономное выживание человека в природной среде», «Физическая культура» на основе туризма, заключается в подготовке к преодолению возможной сложной или аварийной ситуации,

повышению эмоционально-волевой устойчивости, толерантности, трудолюбивости, умению правильно понимать и оценивать сложившуюся ситуацию [2].

Кроме этого, в процессе туристкой деятельности решаются задачи оздоровления населения, приобщения к спортивному туризму, развитие культурно-познавательных способностей, становление краеведческо-исследовательских знаний и умений, профессионально деловых взаимоотношений, экологических знаний, развитие личностных качеств, повышение двигательной активности подрастающего поколения и многих других (Р.А. Бурко, 2013) [1]. В отличие от большинства видов спорта туризм имеет несравненно большее содержание: расширение кругозора (С.В. Рыльский, 2012) [6], благоприятное воздействие многообразной природы, активное взаимодействие коллектива в борьбе с трудностями и собственными недостатками, автономные действия группы в малоосвоенных и ненаселенных районах, воспитание самостоятельности, инициативы, решительности и самообладания при неожиданных обстоятельствах.

В международной и российской образовательной практике спортивно-оздоровительный туризм применяется как элемент корпоративного взаимодействия и принятия решений (профессиональные тренинги, организаторские способности, планирование мероприятий), как вид активного отдыха во всех сферах жизнедеятельности (скалодром, разновидности веревочных переправ, умение развести костер и организовать лагерь, преодоление туристкой дистанции рекреационной направленности, «веревочные курсы»), как средство совершенствования личностных качеств средствами туристкой деятельности (уравновешенное поведение, толерантность, организаторские способности, потребность сохранять окружающую среду, саморазвитие). В связи с чем возрастает потребность специальных знаний и умений в области туризма, которые могут применяться в разнообразных сферах профессиональной, социальной и повседневной жизнедеятельности будущих бакалавров по физической культуре [4; 5].

*Организация исследования.* Исследование проводилось на базе Федерального государственного бюджетного общеобразовательного учреждения высшего образования Чайковского государственного института физической культуры в

течение 4-х лет (2012–2016 гг.). В формирующем эксперименте изучено влияние спортивно-оздоровительного туризма на развитие личностных качеств будущих бакалавров физической культуры.

Так нами разработан *индивидуально-типологический образовательный маршрут* в области туризма с моделированием будущей профессиональной деятельности, детализацией квазипрофессиональной деятельности, при этом маршруты предполагают проектируемую дифференцированную образовательную программу, обеспечивающую студенту позицию субъекта выбора, разработки, реализации образовательной программы.

Также разработаны *тренинговые упражнения* в психологической готовности к пребыванию в условиях природной среды, в условиях изолированного взаимодействия в группе. Психологическая готовность к пребыванию в коллективе, и постоянному взаимодействию, формировалась по средствам «веревочных курсов» в условиях спортивного зала, и на спортивной площадке вуза; также по средствам решения педагогических задач в подготовке конкретного туристского этапа, с указанием развиваемой компетенции и значимости в профессиональной деятельности таких качеств как толерантность, реагирование в конфликте, волевая организация личности, целеустремленность, организаторские способности.

Нами разработан *пеший поход, вело поход, «веревочный курс», сплав, технология построения укрытия, модернизированы правила безопасности туристкой деятельности*, что обеспечило развитие личностных качеств. В условиях похода необходимо постоянно взаимодействовать, принимать совместные решения, избегать конфликтов, проявлять толерантность, самостоятельность и ответственность, трудолюбие, реализовывать организаторские и коммуникативные умения.

В табл. 1 представлены развиваемые компетенции в профессиональной подготовке бакалавров физической культуры, технологии и методы формирования, а также средства их оценки.

Компетенции по развитию личностных качеств (ФГОС ВО)

Ком.	Формулировка	Технологии, методы	Способы измерения
ОК-7	способность к самоорганизации и самообразованию;	традиционные технологии, метод проектов, поход как средство самоорганизации, коллективное взаимообучение, образовательный маршрут, интерактивная экскурсия	психодиагностическое тестирование, экспертное оценивание, тест эмоционально-волевой сферы, тест по готовности к походу, презентация маршрута, решение ситуационных задач
ОПК-4	способность воспитывать трудолюбие, толерантность, целеустремленность, организованность, ответственность, гражданственность, коммуникативность	традиционные технологии, тренинговая форма подготовки к походу, условия похода в развитии личностных качеств, взаимодействие в группе, проектная деятельность, квазипрофессиональная деятельность	«волевая организация личности» (В.В. Чистяков); самочувствие, активность и настроение (САН), тест-опросник для определения самооценки (С.В. Ковалева); изучение терпеливости, упорства, настойчивости» (И.А. Архипова)

*Результаты исследования.* Исследование показало достоверное влияние на личностные качества испытуемых, как общепрофессиональных компетенций (табл. 2), данные результаты достигнуты благодаря принципу междисциплинарности в подготовке урока, проведении тренировочного занятия с элементами туризма, в проведении части занятия непосредственно с дошкольниками и школьниками, в построении структуры занятия.

Таблица 2

Социально-личностные качества бакалавров физической культуры  
(10-балльная система)

Социально-личностные качества	КГ ( $X \pm \sigma$ )		ЭГ ( $X \pm \sigma$ )	
	3 курс	4 курс	3 курс	4 курс
Организаторские способности	$6,0 \pm 1,6$	$7,8 \pm 0,9$	$5,8 \pm 0,5$	$8,9 \pm 0,4^{**}$
Целеустремленность (балл)	$7,2 \pm 0,5$	$8,3 \pm 0,6^*$	$7,3 \pm 0,6$	$9,1 \pm 0,8^*$
Волевая организация личности	$5,62 \pm 0,52$	$5,85 \pm 1,48$	$6,0 \pm 0,53$	$8,25 \pm 0,46^{**}$
Реагирование в конфликте (балл)	$4,0 \pm 1,0$	$5,3 \pm 0,75^*$	$4,3 \pm 0,91$	$7,28 \pm 0,95^{**}$
Толерантность (балл)	$5,5 \pm 0,92$	$6,87 \pm 1,8$	$5,62 \pm 1,18$	$8,17 \pm 2,64^*$
Поведение в конфликте (балл)	$6,1 \pm 1,2$	$7,4 \pm 0,9$	$6,1 \pm 0,6$	$8,9 \pm 0,7^{**}$

Рассмотрим детально полученные результаты по личностным качествам, так организаторские способности в КГ составили в начале эксперимента 6,0 баллов, после 7,8 баллов, в ЭГ на начало эксперимента 5,8 баллов, в конце 8,9 баллов, межгрупповые различия достоверны. На практических занятиях студенты проявили умения организовывать группу к выполнению определенных заданий, знакомство с туристскими должностями в туристском походе, их наиболее подходящий выбор, повысило умение распределять туристские должности между участниками, данное умение проявилось в большей степени. Студентами было отмечено, что проведение подвижных игр, творческих заданий и тренинговых упражнений положительно повлияли на их организаторские умения. Также на развитие организаторских способностей повлияла разработанные нами интерактивные методы обучения в виде дискуссий по подготовке туристских мероприятий и их основной идеи, в виде проектов похода, полосы препятствий, экстремального похода.

Исследуемое нами личностное качество «целеустремленность», изменилось следующим образом: в КГ на начало эксперимента 7,2 балла, в конце 8,3 балла, в ЭГ на начало эксперимента – 7,3 балла, в конце – 9,1 балла, так достигнут высокий уровень «целеустремленности», что играет принципиальную роль в профессиональной подготовке будущих физкультурных кадров. При этом испытуемые ЭГ отметили, что значительный вклад в развитие «целеустремленности» внесло внедрение индивидуального образовательного маршрута с совершенствованием индивидуальных и мотивационных составляющих образовательного процесса, а также проведение практических занятий максимально приближенных к будущей профессиональной деятельности.

«Волевая организация личности» в контрольной группе составила на начало эксперимента 5,62 балла, в конце 5,85 баллов (средний уровень), в ЭГ динамика составила от 6,0 до 8,25 баллов, что свидетельствует о переходе от среднего на высокий уровень волевой организации, что в практической деятельности позволяет добиваться поставленной цели и требовать от участников выполнения раз-

личных видов деятельности, страховки и распоряжений руководителя. Представители ЭГ отметили, что «волевая организация личности» формировалась и на аудиторных занятиях в решении педагогических задач, и в условиях похода, и в преодолении многочасовой пешей дистанции с группой занимающихся, а особенно в условиях дошкольного и образовательного учреждения и школы (квази-профессиональная деятельность).

«Реагирование в конфликте» в контрольной и экспериментальной группах на начало эксперимента находится на низком уровне и составляет 4,0 и 5,3 баллов соответственно, после эксперимента 4,3 и 7,28 баллов соответственно, внутригрупповые различия достоверны. На достоверное изменение в ЭГ повлияли тренинговые упражнения, моделирование педагогических ситуаций в походе, виртуальные экскурсии, проведение части занятия в природных условиях.

В показателе «толерантность» и «поведение в конфликте» можно увидеть положительную динамику результатов. Наибольший прирост показателей произошёл к завершению обучения на 4 курсе, чему способствовало решение ситуационных задач туристской направленности, проведение дискуссии на темы выживания, знакомство с возможными конфликтами в туристском походе и правил их предотвращения.

*Выводы.* Полученные данные, развития личностных качеств, их достоверная динамика изменений подтверждает предположение о том, что туризм является средством улучшения коллективного сотрудничества, сплочения группы, средством оптимизации принятия решения, поведения в конфликте, способом развития организаторских способностей.

### ***Список литературы***

1. Бурко Р.А. Экологические проблемы современного общества и их пути решения / Р.А. Бурко, Т.В. Терёшина // Молодой ученый. – 2013. – №11. – С. 237–238.
2. Возисова М.А. Педагогические условия повышения компетентности по спортивно-оздоровительному туризму у будущих педагогов по физической куль-

туре / М.А. Возисова, Т.Н. Шутова // Образование и наука в современных условиях: Материалы VI Междунар. науч.-практ. конф. – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2016. – №1 (6). – С. 78–80.

3. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – 4-е изд. – СПб.: Питер, 2004. – 678 с.

4. Рыбакова Е.О. Совершенствование компетенций рекреационной направленности в профессиональной подготовке бакалавров физической культуры / Е.О. Рыбакова, Т.Н. Шутова // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2016. – №4. – С. 77–84.

5. Рыбакова Е.О. Совершенствование профессионального образования студентов физкультурного вуза средствами фитнеса / Е.О. Рыбакова, Т.Н. Шутова // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2015. – №3. – С. 58–62.

6. Рыльский, С.В. Методика обучения преодолению естественных и искусственных препятствий в спортивном туризме: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Рыльский Сергей Васильевич. – Белгород, 2012. – 20 с.