

371.7

,
. . . , . . .
, -
, -
. : -
. -
. -
, -
(-
) ; -
), , (,
, . . .),
: ,
. -
, -
. -
, -
, -
, -
, -
. -
, -
, -
, -
, -
. -
, -
»
: -
, -
: -
, -
, -
; -
, -
, -
, -
, -
, -
, -
, -
, -
, -
, -
. -
, -
, -
, -
, -
(. . .), ,
, -
, -
, -

Материальные факторы (спортивные сооружения, инвентарь, спортивная одежда и т. п.) также оказывают существенное влияние на эффективность физического воспитания. При одних и тех же условиях использование более качественного оборудования, инвентаря, специальной одежды, обуви способствует более качественному выполнению упражнений, а значит повышение эффективности их воздействий.

Комплексность воздействий всех средств физического воспитания – важнейший фактор, определяющий результативность используемых физических упражнений. Акцент только на применение тех или иных комплексов физических упражнений, без должного учёта гигиенических и природных факторов, эффективных средств восстановления и стимулирования физиологических функций организма существенно снижает эффективность физического воспитания, приводит к необходимости дополнительной траты времени и сил для достижения одного и того же результата.

Таким образом, эффективность процесса физического воспитания в образовательном учреждении, оценка работы преподавателя физической культуры зависит от многих факторов и как всякий учебный процесс, – управляемый, имеющий свою конечную цель и задачи. Грамотное, методическое руководство процессом позволяет оптимально корректировать его в зависимости от условий, в которых он осуществляется. Управление процессом предусматривает поступление оперативной и текущей информации, на основе которых можно вносить коррективы в изучении программного материала. Эта информация требует наличия критериев, динамика значений которых на определённые периоды обучения позволит оценить эффективность процесса, исходя из следующих вариантов: положительная, отрицательная, нулевая.

Цель физического воспитания подразумевает, что критерием эффективности учебного процесса является уровень здоровья обучающихся, уровень их трудоспособности, характеризуется успехами в учебной деятельности.

Оздоровительная эффективность физического воспитания также зависит от ряда факторов: биологических, социальных и личностных. Особую роль в оздоровительной эффективности этого процесса играют педагогические факторы, к которым относятся: правильность подбора средств и методов обучения и профессиональная компетентность преподавателя физического воспитания, контроль, состояние обучающегося в разные периоды учебного процесса – основной источник получения информации об эффективности физического воспитания.

В педагогическом процессе физического воспитания система взаимодействия «преподаватель – обучающийся» имеет важное значение для усвоения обучающимся знаний, умений и навыков, для успешного развития двигательных способностей, а значит и совершенствования функций органов и систем организма обучающихся.

Для грамотного управления этим процессом преподавателю необходимо:

- иметь исходную информацию об обучающемся, уровне его здоровья, индивидуальных особенностях, уровне знаний в области физической культуры и спорта, об уровне его физической подготовленности;

- вести графическую запись динамики показателей обучающегося во времени по этапам обучения (четверть, полугодие, год);

- выбрать адекватные средства и методы для достижения конкретной индивидуальной и групповой (для всей группы) цели; получить срочную техническую информацию о состоянии объекта управления, направленности и характере изменений в его физическом воспитании;

- вносить изменения в планирование занятий, если в этом появляется необходимость;

- учитывать внешние (экология, этнос и др.) и внутренние (мотивация к знаниям, желание, заинтересованность, сознательность, активность) факторы, оказывающие влияние на эффективность процесса физического воспитания;

- уметь анализировать, оценивать информацию, вырабатывать верные управляющие воздействия на обучающегося и учебный процесс;

- наличие педагогического стиля поведения (педагогическая убежденность, умение адекватно воспринимать и оценивать свою и чужую деятельность, педагогически направленное общение и поведение, педагогический такт и этика, умение слушать и слышать, интерес к познанию внутреннего мира обучающихся) и др.

Методической основой физического воспитания являются положения отечественных и зарубежных специалистов в области педагогики, психологии, медицины, биологии, физиологии и других наук о взаимосвязи развития двигательной функции и психики обучающегося; жизненно важной роли двигательной активности как основы жизнеобеспечения организма.

Для того, чтобы преподаватель мог воспользоваться знанием этих положений в своей практической деятельности, необходимо уметь анализировать и оценивать информацию, поступающую по системе обратной связи «обучающийся – преподаватель» о том, в каком состоянии находится обучающийся после выполнения требований преподавателя на занятии. Только имея такую информацию, при условии квалификационного анализа, можно выбрать адекватные средства и методы для дальнейшей работы с обучающимися. Разработка критериев эффективности процесса физического воспитания в образовательном учреждении, позволит существенно повысить его результативность, а также возможность объективно оценивать квалификацию преподавателя физической культуры.

Рассмотрим, как мы руководствовались влиянием этих факторов при организации физического воспитания обучающихся на примере организации их занятий туризмом.

Организационная структура системы физического воспитания представляет собой сочетание общеобразовательных и государственных форм учреждения.

При государственной форме организации физического воспитания обязательны занятия физической культурой в соответствии с требованиями государственных программ. За выполнение программных требований отвечают перед государством руководители образовательных учреждений и штатные учителя и преподаватели.

Вместе с тем в наши дни утверждена и общественно-самодеятельная форма физического воспитания в нашей стране, которая направлена на ускорение процесса превращения массового физического движения во всенародное. Значительная роль в физическом и воспитательно-образовательном процессе обучающихся принадлежит, наравне с уроками физической культуры, и туризму

Самодеятельный туризм в нашей стране получил широкое развитие. Путешествуя по родному краю, обучающиеся знакомятся с местами боевой и трудовой славы, историческими и культурными памятниками, природным богатством страны. Самодеятельный туризм воздействует на воспитательную активность обучающихся, способствует их физическому развитию и в то же время это прекрасный способ активного отдыха, проверки себя в трудных условиях. И если туристические мероприятия, проводившиеся раньше, не носили массового характера, то в последнее время возникновением школьного туризма в значительной степени обязаны общественным организациям.

Туристические слеты и соревнования стали настоящими праздниками для обучающихся. Они позволяют проверить их готовность к будущим походам, проверке снаряжения, знакомству с новыми технико-тактическими приемами, что способствует повышению безопасности походов. Происходит широкий обмен опытом туристской организационной работы секций, клубов туристов обучающихся.

Постоянно заботясь о развитии туризма в России, правительство в 2000 году выпустило «Положение о системе подготовки подростков в спортивном туризме Российской Федерации» (журнал «Русский туризм» за 2000 год. – № 4. – С. 21 – 24).

Важно отметить, что в образовательных учреждениях различного профиля туризм получил широкое распространение не только как одна из форм оздоровления, активного отдыха, приобщения к регулярным занятиям физической культурой, но и как важное средство патриотического и экологического воспитания.

Для успешной подготовки к туристическим походам в образовательных учреждениях создаются такие организационные формы, как: «Группа здоровья», «Клуб любителей бега», «Аэробика», «Тропа здоровья», «Папа, мама, я – спортивная семья», «День здоровья». Проводятся соревнования под девизом: «А, ну-ка, парни», «А, ну-ка, девушки», кроссы, эстафеты, «Дорожки здоровья», походы «Выходного дня», оздоровительные прогулки, по-

ходы на велосипедах, соревнования по видам туризма: пешеходный, горный, лыжный и т. д.

Проводятся соревнования на призы популярных игр и в рамках этих игр – «Золотая шайба», «Плетеный мяч», «Белая ладья», «Старты надежд», «Чудо – шашки», «Серебряные коньки», «К вершине Олимпа».

При организации туристических походов и путешествий мы использовали различные виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, мотоциклетный, автомобильный, спелеопход и др. Разрабатывая программу похода, мы руководствовались Правилами организации и проведения самостоятельных туристических походов и путешествий на территории России.

Мы определяли цели, задачи похода, численный состав туристской группы (4 – 15 человек), оформляли документы, дающие право на проведение похода, к которым относятся:

- протокол инструктажа по ТБ;
- приказ, командировка, справка о медицинском освидетельствовании;
- маршрутный лист установленного образца.

Маршрутный лист заполнялся руководителем туристского похода, подписывался директором образовательного учреждения и заверялся печатью. Ответственность за подготовку группы к походу и его проведение нес руководитель похода, который утверждался педагогическим советом образовательного учреждения.

Директор образовательного учреждения заверял представленный маршрутный лист, схему маршрута и контрольные сроки.

При определении руководителя похода мы исходили из того, что он должен быть политически грамотным, физически подготовленным человеком, обладающим необходимыми организаторскими способностями и соответствующим опытом руководства походами.

В педагогической литературе утверждается, что туристический поход – это специально организованное коллективное мероприятие для длительного многокилометрового комплексного испытания физической, волевой и нравственной подготовленности человека, где приобретаются жизненно важные навыки, формирующиеся при преодолении труднопроходимых мест, при оказании первой медицинской помощи, переноске пострадавших и т. п.

В походе проявляются, развиваются и воспитываются такие качества, как: дружба, взаимовыручка, самостоятельность, наблюдательность, развиваются ловкость, быстрота реакции, формируется логичность мышления. Новичок, попавший в сложную обстановку, не всегда может принять правильное решение, чтобы действовать точно и осмотрительно, приобретает такой опыт.

Анализ проведения туристических походов в России показал, что накоплен достаточный опыт в проведении туристических походов. Изучив этот опыт, мы проверили на практике так называемые «молодые походы», когда на туристскую тропу выходят целыми группами. Чтобы туристский поход

группы прошёл интересно и безаварийно, руководитель похода, которым назначается, как правило преподаватель физкультуры, тщательно ознакомился с маршрутом, намечал места привалов, узнавал достопримечательности и интересные места, проверял групповое снаряжение, помогал подобрать обувь и одежду тем, кто впервые отправлялся в поход.

Руководитель похода составлял список необходимого снаряжения и продуктов, распределял общественное снаряжение между участниками похода, с учетом того, что девушки должны нести рюкзаки на 30 – 50 % легче юношей, заранее распределял обязанности между обучающимися как на период подготовки, так и на время похода. Особое внимание он уделял мероприятиям по возложению цветов к памятникам и обелискам воинов, павшим во время Гражданской и Великой Отечественной войн. Обеспечивал безопасность лагеря, проверял подходы к воде, убеждался в отсутствии камнепадов, обеспечивал обучающихся эмблемами, вымпелами, фотографиями на память о походе. Это позволяло создать у обучающихся теплые и радостные воспоминания, которые у них остаются от проведения костров дружбы, исполнения песен.

Руководитель похода, организуя «маршрут новичков», чтобы обучающиеся не устали, делал короткие привалы через 15-20 минут ходьбы. В таком походе обучающиеся учились «читать» карту местности, на которой был обозначен маршрут похода, чтобы легче было определить характер местности, сделать наиболее энергосберегающим и интересным сам путь. Готовясь к туристическому походу, обучающиеся учились находить азимут по карте, и с помощью компаса, на местности определять расстояние от одного ориентира до другого по шагам или глазомерно, учились правильно определять не только направление, но и пройденное расстояние.

При регулярной тренировке глазомера многие достигали довольно высокого уровня точности. Как отмечают ряд исследователей, глазомер является профессионально важным качеством для многих профессий. Навыки ориентирования, кроме всего прочего, имеют большое военно-прикладное значение.

Готовясь к походу, мы проверяли туристические навыки школьников: умение ориентироваться на открытой местности, в лесу по компасу и карте, по солнцу и звездам, преодолевать глубокие овраги и

водные преграды, устанавливать палатку, оказывать первую медицинскую помощь, связывание веревок, завязывать различные узлы, готовить горячую пищу и т. д. Важно было напомнить ребятам, что эти навыки могут им пригодиться не только в туристическом походе, но и в повседневной жизни, на работе, для службы в армии.

Готовя туристический поход, обучающимся предлагалось:

- знать, что может ждать в походе;
- знать факторы природной среды, влияющие на безопасность прохождения маршрута (состояние снега, уровня воды, прогноз погоды);
- хорошо представлять опасности и трудности похода;
- рассчитать свои возможности в оказании помощи себе или пострадавшему, не дожидаясь прибытия спасателей;
- знать признаки переутомления, переохлаждения и обморожения;
- предпринимать меры по предупреждению и ликвидации аварийной ситуации;
- нести ответственность за безопасность путешествия, не совершать действия, могущие нанести вред себе и другим;
- бережно относиться к природе и не наносить ей ущерб;
- не оставлять мусора ни своего, ни того, который нашли после других или местных жителей;
- не нарушать условий жизни животных и растений;
- уведомить о своем путешествии официальные службы и родителей.

Организуя походы, мы в то же время и создавали свои традиции, что позволило увеличить количество и сложность походов, требующих хорошей физической, технической и тактической подготовок обучающихся, умению действовать согласованно в составе группы. Именно эти качества мы развивали у обучающихся в ходе подготовки и участия в походе.

Поиск новых интересных маршрутов, многообразие форм самостоятельного туризма способствовали тому, что среди обучающихся туризм стал более популярным и превратился в еще более массовое социальное явление нашего общества.