

результатов, показанных спортсменами, при выполнении теста на велоэргометре.

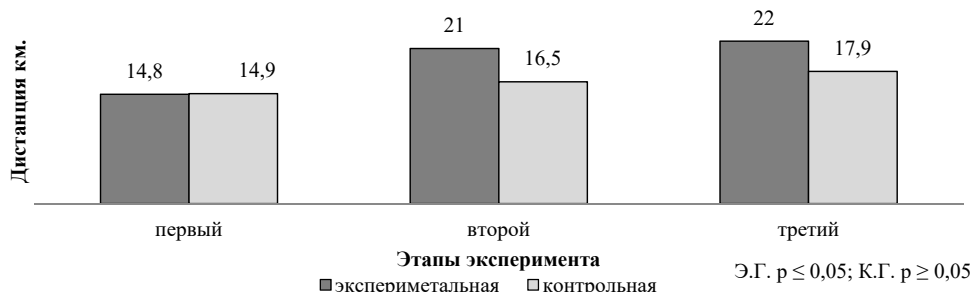


Рисунок 1 – Динамика результатов при тесте на велоэргометре

В результате полученных данных, можно сказать, что экспериментальная группа, на третьем этапе эксперимента, значительно опередила контрольную по показателям общей выносливости. И ее результаты оказались статистически значимы $p \leq 0,05$ (рисунок 1)

ВЫВОДЫ

1. Учет особенностей борцов тяжелых весовых категорий, а именно «слабый» опорно-связочный аппарат, привел к изменению в содержательной части методики тренировки. Произошла замена стандартного средства, такого как бег на длинные дистанции, на велотренажер.
2. Было выявлено, что применение велотренажера для повышения уровня общей выносливости у борцов тяжелых весовых категорий значительно эффективнее нежели применения такого стандартного средства как бег на длинные дистанции.

ЛИТЕРАТУРА

1. Вовк, С.И. Проблематика подготовки высококвалифицированных самбистов тяжелых весовых категорий / С.И. Вовк, А.Л. Мужейко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 12 (130). – С. 72-74.
2. Горстков, Е.Н. Особенности подготовленности боксеров тяжелых весовых категорий / Е.Н. Горстков // Теория и практика физической культуры. – 1982. – № 7. – С. 12-14.

REFERENCES

1. Vovk S.I. and Muzheyko A.L. (2015), "The problematics of training highly skilled sambo wrestlers of existing weight categories", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 130, No. 12, pp. 72-74.
2. Gorstkov, E.N. (1982), "Features fitness boxing heavyweight", *Theory and practice of physical culture*, No.7, pp. 12-14.

Контактная информация: ahtoh_lis@mail.ru

Статья поступила в редакцию 24.01.2019

УДК 796.077.5

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПОДГОТОВКИ БАКАЛАВРОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБЛАСТИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО И ЭКСКУРСИОННОГО ТУРИЗМА

Мария Александровна Возисова, старший преподаватель,
Чайковский государственный институт физической культуры,
Татьяна Николаевна Шутова, кандидат педагогических наук, доцент,
Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, Москва

Аннотация

Подготовка в экспериментальной группе дополнена работой с навигационными GPS картами, внедрен индивидуальный образовательный маршрут в области туристкой подготовки и методика

установления полосы препятствий в условиях спортивного зала, парка, спортивного городка на свежем воздухе. Произведена оценка организации соревнований внутри учебной группы по спортивному ориентированию. В учебный процесс включен программный пакет для рисования туристских карт, компьютерная программа «Секретарь», игра-тренажер по спортивному ориентированию. Полученные результаты по завершении эксперимента свидетельствуют о том, что будущие физкультурные кадры экспериментальной группы достоверно превосходят контрольную группу по контрольным критериям, характеризующим компетенции туристской деятельности.

Ключевые слова: бакалавры физической культуры, спортивно-оздоровительный и экскурсионный туризм, инновации, компьютерные программы.

IMPROVEMENT OF TRAINING OF BACHELORS IN PHYSICAL CULTURE IN THE FIELD OF SPORTS AND TOURISM

Maria Aleksandrovna Vozisova, the senior teacher,

Tchaikovsky State Institute of Physical Culture,

Tatiana Nikolaevna Shutova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Plekhanov Russian University of Economics, Moscow

Annotation

Training in the experimental group is supplemented with work with GPS navigation maps, there was introduced an individual educational route in the field of tourist training, and the method of establishing the obstacle course in sports hall conditions, or park, sports town in the fresh air. The evaluation has been done for the organization of the competitions within the training group in orienteering. The educational process includes a software package for drawing maps, a computer program "Secretary", a game simulator for orienteering. The results obtained at the end of the experiment indicate that the future physical training personnel of experimental group significantly exceed the control group by the control criteria, characterizing the competences of tourist activities.

Keywords: bachelors of physical culture, sports and health and excursion tourism, innovations, computer programs.

Актуальность знаний и умений в области спортивно-оздоровительного, экскурсионного туризма в подготовке физкультурных кадров обусловлена недостаточной готовностью к туристской деятельности в образовательных учреждениях, в системе дополнительного образования и индустрии экскурсионного туризма. Также наблюдается низкий уровень готовности к действиям в чрезвычайной ситуации, высокий уровень травмирования учащихся, особенно в походах выходного дня, так число травм в походах выходного дня и некатегорийных походах составляет 45%. Увеличение числа травм вызвано низким уровнем физической подготовки детей и молодежи, слабостью мышц и суставов, отсутствием специально-подготовительных мероприятий перед туристским походом, экскурсией, а также нарушениями правил страховки, тактическими ошибками в подготовке маршрута, его протяженности и сложности, низким уровнем оснащения туристским снаряжением [3, 5].

Профессиональная подготовка физкультурных кадров недостаточно охватывает рекреационный туризм, экскурсионный туризм, разновидности туристских квестов, корпоративных мероприятий туризма, содержания деятельности event – менеджеров, и недостаточно внедрения компьютерных технологий [4].

В рамках подготовки кадров по спортивному туризму были созданы: Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Спортивный туризм»; введен реестр инструкторских кадров Федерации спортивного туризма России; профессиональный стандарт «Инструктор-проводник»; подготовка предложений по изменению и дополнениям в федеральный закон «Об основах туристской деятельности», по вопросам связанным с аттестацией и подготовкой инструкторов-проводников (отчёт Федерации спортивного туризма России). Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 25 декабря 2017 г. утверждены квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта «Спортивный туризм». Будущие бакалавры физической культуры должны владеть компетенциями в проведении туристско-спортивных, туристско-оздоровительных и экологических

мероприятий, компетенциями рекреации, оказании первой помощи и навыков выживания в природе (приказ от 7 августа 2014 г. № 935 об утверждении ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01.) [1]. Также «Программа развития спортивного туризма в РФ на 2018-2021 годы» нацелена на укрепление конкурентоспособности российского спортивного туризма на международной спортивной арене; популяризацию спортивного туризма и повышение интереса к нему, прежде всего в «малых городах» России; увеличение числа субъектов Российской Федерации, развивающих спортивный туризм, в том числе как базовый вид спорта.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось на базе Федерального государственного бюджетного общеобразовательного учреждения высшего образования «Чайковский государственный институт физической культуры» (г. Чайковский), педагогический эксперимент осуществлен в период 2013-2017 гг., при этом КГ и ЭГ составили по 107 будущих бакалавров каждая, КГ занималась по традиционной программе подготовки, ЭГ по разработанной нами программе подготовки в области спортивно-оздоровительного и экскурсионного туризма. Подготовка в экспериментальной группе дополнена компьютерными технологиями в планировании дистанции похода или экскурсии, в составлении маршрута и его сложности. К зачетным требованиям отнесена способность работы с навигационными GPS картами. В зачетные требования по дисциплинам «Теория и методика преподавания спортивно-оздоровительного туризма» (базовый курс), «Автономное выживание человека в природной среде» (вариативный курс), «Физическая культура. Туризм» (базовая дисциплина) введено проведение части занятия для дошкольников, школьников и взрослого населения (экспертная оценка) [3, 5].

К инновациям отнесено внедрение индивидуального образовательного маршрута в области туристской подготовки, и установление полосы препятствий в условиях спортивного зала, парка, спортивного городка на свежем воздухе. А также проведение соревнований внутри учебной группы по спортивному ориентированию (экспертная оценка). Индивидуально-типологический маршрут включал в себя анализ планируемого места будущей работы, и как следствие профессионально необходимые средства туристской подготовки, акцентирование учебных и самостоятельных занятий именно на этих средствах подготовки. Предоставление информации по туристским мероприятиям в регионе и городе, составление вакансий профессий в регионе в области рекреационного, экскурсионного, спортивного туризма. Наряду с этим формулирование ожидаемого результата подготовки, владение определенными техническими действиями, и совершенствование личностных качеств для работы в природных условиях, в условиях многочасовой физической нагрузки [2], в условиях сплавов, слетов.

В эксперименте студенты проводили экскурсии на ФЦ подготовки по зимним видам спорта «Снежинка» им. А.А. Данилова (г. Чайковский), а именно на трамплинах (К-125), горнолыжном комплексе, веревочном парке, спортивным тропам, стационарной туристской полосе препятствий. Участвовали в конкурсе профессионального мастерства среди работников туристской индустрии и учащихся средних специальных и высших учебных заведений, связанных с туристской деятельностью, одним из заданий конкурса было разработать и защитить авторский туристский маршрут.

В учебный процесс включен программный пакет для рисования карт – «OCAD» (городская среда, парки, географические и спортивные карты). Также применялась игра-тренажер «Catching Features» по спортивному ориентированию: индивидуальные гонки с раздельного старта, против компьютерных противников, игра против реальных соперников: режим мультиплеера и соревнований в реальном времени. Для совершенствования организаторских компетенций применялась программа «Секретарь», как система формирования именных заявок на соревнования, подготовку протокола старта – финиша, плана

подготовки мероприятия, работы судей.

На 4 курсе обучения изучался комплекс «МАСТЕР-АГЕНТ» по взаимодействию с туроператорами. Программа позволяла в автоматическом режиме производить подбор заказа, оформлять путевки, производить печать документов, производить обмен данными о ходе бронирования с туроператором, вести базу данных постоянных клиентов.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В эмпирическом исследовании оценивались следующие профессиональные знания, умения и навыки: практические умения по проведению части занятия и обеспечения безопасности туристской деятельности; знания правил безопасности туристской деятельности для дошкольников, школьников, взрослого населения; способность работы с туристским снаряжением; умения составить положение о туристском мероприятии; качество установки установления полосы препятствий; способность работы с навигационными картами; качество организации соревнований по спортивному ориентированию в учебной группе, в детском саду или учебном классе школы (таблица 1).

Таблица 1 – Результаты экспериментальной подготовки физкультурных кадров

Контрольные критерии	КГ ($\bar{X} \pm \sigma$) 4 курс		ЭГ ($\bar{X} \pm \sigma$) 4 курс	
	В начале	В конце	В начале	В конце
1. Проведение части занятия (балл)	5,2±1,1	6,5±0,8	5,7±0,9	7,6±0,4*
2. Знания правил безопасности для дошкольников, школьников, взрослого населения (балл)	6,7±0,6	7,9±0,3*	7,0±0,4	8,4±0,4**
3. Работа с туристским снаряжением (балл)	5,6±0,5	5,8±1,4	6,0±0,5	8,2±0,4**
4. Составление положения о мероприятии (балл)	5,0±0,5	6,1±0,7*	5,6±0,4	7,6±0,6**
5. Установление полосы препятствий (балл)	4,0±0,9	5,3±0,6*	4,3±1,0	7,4±0,9**
6. Способность работать с GPS картами (балл)	5,1±0,4	7,2±0,5*	2,2±0,5	9,0±0,7*
7. Качество организации соревнований по спортивному ориентированию (балл)	4,6±1,0	7±1,8	4,2±1,3	8,3±2,5*

Примечание: $\bar{X}$ – среднее арифметическое значение, σ – среднее квадратическое отклонение; ЭГ – экспериментальная группа, КГ – контрольная группа; * – достоверность различий ($P < 0,05$), ** – межгрупповая достоверность различий ($P < 0,05$)

Положительная динамика наблюдается (таблица 1) в знании правил безопасности от 6,7 до 7,9 баллов в КГ по десятибалльной системе, у обучающихся экспериментальной группы результат изменился от 7,0 до 8,4 балла ($p < 0,05$). В работе с туристским снаряжением выявлены достоверные различия результатов, в пользу экспериментальной группы ($p < 0,05$). В способности составлять положение о туристском мероприятии, у испытуемых КГ наблюдается положительная динамика, результат изменился от 5,0 баллов до 6,1 баллов, различия достоверны, у обучающихся экспериментальной группы результат изменился от 5,6 до 7,6 (баллов) ($p < 0,05$). В контрольном критерии – установление полосы препятствий у испытуемых контрольной группы наблюдается положительная динамика результата от 4,0 до 5,3 баллов ($p > 0,05$), в экспериментальной группе прирост результата по данным математической статистики носит достоверный характер, динамика от 4,3 до 7,4 баллов ($p < 0,05$). Оценка способности работать с GPS картами дала положительные результаты, в КГ от 5,1 до 7,2 балла, в ЭГ от 5,2 до 9,0 баллов. Способность провести соревнования по спортивному ориентированию в КГ изменилась от 4,6 до 7,0 баллов, в ЭГ от 4,2 до 8,3 баллов.

ВЫВОДЫ

Полученные результаты в завершении эксперимента свидетельствуют о том, что будущие физкультурные кадры ЭГ достоверно превосходят КГ по контрольным критериям. Наивысший интерес в экспериментальной группе вызвала компьютерная визуализация местности будущего туристского мероприятия, работа с навигационными картами, программа для рисования карт «OCAD», возможность провести соревнования по спортивному ориентированию на территории детского сада, территории школы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бабкин, А.В. Туризм. Специальные виды туризма : учебное пособие / А.В. Бабкин. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2011. – 252 с.
2. Развитие выносливости у студентов в учебном процессе по физической культуре / О.В. Везеницын, Т.Н. Шутова, Ю.В. Круглова, С.Б. Маврина // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура и спорт. – 2018. – № 3. – С. 40-48.
3. Возисова, М.А. Теория и методика спортивно-оздоровительного туризма : учебное пособие / М.А. Возисова, Т.Н. Шутова ; Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова. – Москва : [б.и.], 2017. – 100 с.
4. География туризма : учебник / В.И. Кружалин, Н.С. Мироненко, Н.В. Зигерн-Корн, Н.В. Шабалина. – М. : Федеральное агентство по туризму, 2014. – 336 с.
5. Активные и интерактивные методы обучения в профессиональной подготовке бакалавров физической культуры в области туристской деятельности / М.А. Возисова, Т.Н. Шутова, Е.О. Рыбакова, А.В. Шаравьева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2018. – № 2. – С. 59-62.

REFERENCES

1. Babkin, A.V. (2011), *Tourism. Special types of tourism: textbook*, Phenix, Rostov-on-Don.
2. Vezenitcyn, O.V. Shutova T.N., Kругlova Yu.V. and Mavrina S.B. (2018), "Development of endurance among the students in the educational process on physical culture", *News of the Tula state University. Physical education and sport*, No. 3, 40-48.
3. Vozisova, M.A. and Shutova T.N. (2017), *Theory and methodology of sport tourism: textbook*, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow.
4. Kruzhalin, V.I., Mironenko N.S., Ziger-N Korn N.V. and Shabalina N.V. (2014), *Tourism Geography: textbook*, Federal Agency for tourism, Moscow.
5. Vozisova, M.A., Shutova T.N., Rybakova E.O. and Sharafieva A.V. (2018), "Active and interactive teaching methods in vocational training of bachelors of physical culture tourism activities", *Physical culture: upbringing, education, training*, No 2. pp. 59-62.

Контактная информация: tany-156@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 15.01.2019

УДК 799.311

РАЗРАБОТКА ВАРИАТИВНОЙ МЕТОДИКИ ПЕРВИЧНОГО ОТБОРА В СЕКЦИЮ ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЫ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

*Светлана Михайловна Воробьева, преподаватель, Мастер спорта,
Виктор Владимирович Донских, преподаватель, Мастер спорта,
Московский Авиационный Институт (национальный исследовательский университет)
МАИ*

Аннотация

В статье авторы рассказывают о внедрении в секцию пулевой стрельбы университета новой методики первичного отбора, реализующей программу подготовки учащихся вуза по стрелковым видам спорта. Проверка применимости методики осуществляется путём определения контрольной и экспериментальной групп с последующей зачётной стрельбой на этапе завершения реализации программы обучения. На основании результатов стрельбы делаются выводы об эффективности представленной методики.

Ключевые слова: стрельба, студенты, первичный отбор, стрелки, методика отбора.