



Рис. 2 Динаміка зміни показників ЛЧРР туристського колективу під час мандрівки

Дані відмінності очевидно пояснюються більш точними характеристиками тесту ЛЧРР на накопичену втоми, вона, як видно з графіка акумулюється внаслідок процесів недовідновлення. Тестування суб'єктивних характеристик накопиченої втоми вочевидь залежить від адаптації психіки спортсмена на задане навантаження.

Вважаємо доцільним використання даної методики в мандрівках з різних видів туризму. Надалі буде зроблено спробу порівняння інформативності даного тесту з іншими тестами, що гіпотетично характеризують динаміку змін психічних процесів під впливом втоми.

ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ “ПЛАСТ” ТА ТУРИСТИЧНИЙ РУХ

ЛАРИСА ПОДОЛЬСЬКА

Донецький інститут туристичного бізнесу, Донецьк

Кризовий стан перебування суспільства на сучасному етапі, складний перебіг інституційних змін впливають і на повсякденне життя людей, на їх здоров'я та психологічний статус.

Разом з тим на поведінку кожного індивіда у сфері здорового способу життя відіграють роль, зокрема, і такі чинники, як традиції та правила у цьому питанні членів родини, найближчого оточення, в якому відбувається соціалізація індивіда, ті взірці, що їх пропагандують засоби масової інформації та ін. У зв'язку із цим, пошуки адекватних нашому часові та обставинам засобів пропаганди здорового життя й доступних шляхів оздоровлення могли б стати одним з пріоритетів відповідних соціальних інститутів (родини, навчальних закладів, ЗМІ, державних органів, громадських організацій тощо) [1].

Сьогодні туризм розглядається як одна із форм зміцнення здоров'я людей, гармонічного розвитку їх особистості.

Однак для того, щоб туризм приносив задоволення, людина повинна мати відповідну фізичну підготовленість [2].

Так, Всеукраїнська громадська організація скаутського спрямування “Пласт” покликана сприяти всебічному вихованню та самовихованню української молоді.

Щоб реалізувати цю ідею, організація “Пласт” розвиває духовні, розумові, соціальні та фізичні здібності своїх членів.

Для цього члени організації проходять чотири послідовних етапи: підготовчий та три проби пластуна.

Для забезпечення виховної програми в “Пласті” щороку організовується більше 150-ти наметових таборів для юнацтва, десятки стаціонарних таборів для юнацтва, спеціалізовані табори з підготовки інструкторів (альпінізм, гірські лижі, вітрильництво, канойкарство, летунство тощо), десятки вишколів до підготовки кваліфікованих виховників.

Кожний пластун чи пластунка індивідуально відповідає за свою підготовку, але організація у своїй програмі також дбає про фізичну вправність своїх членів, особливо перед табором, який вимагає специфічної підготовки, як наприклад, їзда на велосипедах.

Табір – найкращий виховний засіб і мабуть найцікавіша частина пластової програми. За малим винятком, пластові табори відбуваються серед природи. Щоб організувати табір, потрібні знання та розуміння цілей таборування, елементів пластової системи, елементів життя серед природи, що цікавлять молодь.

Залежно від віку, життєвої практики молоді й виховників та від обставин, є різні відхилення від цього зразка: на одному таборі багато часу присвячується практичним вмінням перебування серед природи, на іншому – відвідуванню екзотичних місць в Україні.

В цілому вимоги фізичної вправності поділені на п'ять груп: скоки, біги, метання диска, тощо, та різні спортивні заняття, такі як лещетарський біг (біг на лижах) чи піші або водні мандрівки. Є різні вимоги для юнаків і юначок, а також для трьох вікових груп від 12 до 14 років, від 15 до 16 років та від 17 до 18 років [2, 3].

Участь у туристичній діяльності пов'язана перш за все з формуванням фізичної культури і несе в собі великий виховний зміст.

Таким чином, слід сказати – участь молоді у діяльності громадських молодіжних організацій скаутського спрямування визначає вибір правильної мотивації, яка виробляє позитивну установку молоді щодо майбутнього.

ЛІТЕРАТУРА

1. Соціокультурні ідентичності та практики / Під ред. А. Ручки. – К.: Інститут соціології НАН України, 2002. – 315 с.
2. М.Ю. Короп, Ф.С. Юрчук. Спортивний туризм як засіб формування навичок здорового способу життя у студентської молоді // Формування національних, загальнолюдських ціннісних орієнтацій студентської молоді: Мат. Міжнар. наук.-практ. конф. (11-12 грудня 2002 р.) / Відп. ред. А.А. Мазаракі. – К.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2002. – 301 с. – С.243-244.
3. Матеріали семінару для волонтерів у скаутінгу “Вишкіл попередньої пластової підготовки” – Краматорськ. 2003. – Пласт. – 30 с.
4. Пластовий довідник. – Plast Publishing / Toronto, Canada, 1999. – 230 с.