

4578725
2592

ВСЕСОЮЗНЫЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

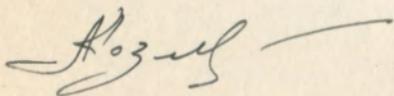
На правах рукописи

КОЗЛОВ Александр Анатольевич

**СОДЕРЖАНИЕ И НОРМАТИВЫ БАЗОВОЙ
ТУРИСТСКОЙ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ
III—VIII КЛАССОВ**

13.00.04 — теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки и оздоровительной
физической культуры

Автореферат
на соискание ученой степени кандидата
педагогических наук



Москва
1990

45 28. 76

К 582 Работа выполнена во Всесоюзном научно-исследовательском институте физической культуры.

Научный руководитель

кандидат педагогических наук, старший научный сотрудник **Уваров В. А.**

Официальные оппоненты:

доктор педагогических наук, профессор **И. И. Переверзин.**
кандидат педагогических наук **И. А. Дрогов.**

Ведущая организация — Омский государственный институт физической культуры.

Защита состоится «**19.**» **сентября** 1991 г.
в «**14.**» час. на заседании специализированного совета
Всесоюзного научно-исследовательского института физической культуры по адресу: Москва, ул. Казакова, 18.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Всесоюзного научно-исследовательского института физической культуры.

Автореферат разослан «**17.**» **июня** 1991 г.

БИБЛИОТЕКА
Всесоюзного гос.
института физической культуры

Ученый секретарь
специализированного совета

А. Д. Комарова

А. Д. Комарова

2786/4

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Туризм, как составная часть советской системы физического воспитания, все периоды истории Советского государства занимал значительное место в физическом и духовном воспитании народа, в формировании разносторонне развитой личности человека и, особенно, подрастающего поколения.

Туризм является одним из наиболее рациональных видов профессиональной прикладной подготовки, проведения свободного времени (Орлов В.Н., 1984). В настоящее время в стране различными видами и формами туристско-экскурсионной деятельности занимаются свыше 11 миллионов человек.

Вопросы развития туризма в стране, его внедрение в сферу активного отдыха Советского народа нашли отражение в обширной научной, научно-методической литературе, вышедшей за последние годы (Кашенцева И.В., 1983; Буйленко В.Ф., 1986, Дрогов И.А., 1989 и др.). Вместе с тем, необходимо отметить, что наиболее значительная часть работ ученых в области туризма посвящена вопросам его использования среди взрослого населения, в то время, как общеизвестным является то, что основы общего и духовного воспитания, в том числе физической и туристской подготовки закладывается в детском возрасте. Именно с этих позиций рассматриваются возможности туризма в разнообразных руководящих документах, в том числе и в системе народного образования.

Вместе с тем, более широкое внедрение туризма в практику физкультурно-спортивной деятельности существенно ограничивается целым рядом факторов. Так, до настоящего времени нет решения отдельных вопросов, связанных с определением содержания базовой туристской подготовки, не выявлен объем знаний и умений, необ-

ходимых для начинающих туристов, нет научно обоснованных нормативов для ее оценки. Решение поставленных вопросов позволит, на наш взгляд, внести рациональное в теорию и методику туристской подготовки детей школьного возраста.

Цель работы - обосновать содержание базовой туристской подготовки школьников II-III классов и нормативные требования для ее оценки.

Гипотеза исследования. Разработка содержания базовой туристской подготовки, включающей комплекс знаний, умений и нормативных требований, позволит на основе объективной оценки уровня туристской и физической подготовленности школьников различных возрастных групп организовать целенаправленный процесс их совершенствования в этой сфере деятельности.

В соответствии с целью и гипотезой были поставлены следующие задачи исследования:

1. Изучить состояние реальной туристской подготовленности школьников.

2. Определить основные подходы к разработке содержания базовой туристской подготовки школьников II-III классов.

3. Обосновать необходимый и достаточный уровень знаний, умений и навыков по туризму для школьников разных возрастных групп в диапазоне 9-14 лет.

4. Разработать нормативные требования к длине дистанции пешего перехода и времени преодоления туристской полосы препятствий для оценки базовой туристской подготовки учащихся II-III классов.

Научная новизна результатов исследования состоит в том, что:

- обосновано содержание базовой туристской подготовки

5
школьников 9-14 лет определен необходимый и достаточный объем знаний, умений и навыков для ее формирования;

- экспериментально установлена рациональная длина пешего перехода для учащихся данных возрастных групп;

- обоснованы нормативы преодоления полосы препятствий для оценки базовой туристской подготовки школьников III-УШ классов;

- предложена методика обоснования содержания и нормативов базовой туристской подготовки школьников.

Практическая значимость. Разработанное содержание базовой туристской подготовки и нормативы для ее проверки обеспечивают освоение школьниками III-УШ классов необходимого и достаточного объема туристских знаний и умений, позволяют объективно оценить уровень физической и технической туристской подготовленности детей и подростков.

Предложенная организация туристских походов и соревнований с применением полосы препятствий позволяет повысить эффективность туристских мероприятий, а также дает возможность объективно оценить уровень туристской готовности школьников к практической деятельности.

Положения, выносимые на защиту:

- содержание базовых туристских знаний и умений школьников III-УШ классов;

- нормативы рациональной длины пешего перехода и времени преодоления полосы препятствий для оценки базовой туристской подготовки разных возрастных контингентов школьников 9-14 лет.

Структура диссертационной работы. Диссертация, общим объемом 180 страниц машинописи, состоит из введения, 5 глав, выводов, списка литературы, содержащего 150 источников, из них 141 на русском и 9 на иностранных языках и приложений. Диссер-

тация иллюстрирована 30 таблицами и 3 рисунками.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В соответствии с целью и рабочей гипотезой исследования для решения поставленных задач использованы следующие методы: теоретический анализ и обобщение, социологические методы, тестирование физической подготовленности, оценка функционального состояния, педагогические эксперименты, методы математической статистики.

Организация исследования. Исследование проводилось в 5 этапов - с 1985 по 1988 годы. На первом этапе проведено: анкетирование специалистов по туризму (1204 чел.); обоснование базовых туристских знаний и умений; обоснование содержания полосы препятствий; разработка учебных планов и программ обучения школьников III-УIII классов базовым туристским знаниям и умениям.

На втором этапе: изучалась физическая подготовленность и функциональное состояние испытуемых для обоснования рациональной длины пешего туристского перехода; обоснована рациональная длина дистанции пешего перехода для школьников III-УIII классов.

На третьем этапе: определена физическая подготовленность и функциональное состояние испытуемых с целью определения нормативов туристской полосы препятствий; обоснованы нормативы пробегания туристской полосы препятствий для школьников III-УIII классов; апробирована методика судейства соревнований на туристской полосе препятствий.

На четвертом этапе: проводилась систематизация полученных данных и результатов, на основании чего были разработаны и апробированы нормативные требования базовой туристской подготовки школьников III-УIII классов (в исследовании участвовали 1194 че-

мывак).

На пятом этапе: проведена обработка, теоретическое обобщение полученных данных, разработка практических рекомендаций, написание работы.

Решение экспериментальных задач осуществлялось в ходе проведения спортивно-массовой и туристской работы в загородном пионерском лагере Семипалатинского обкома профсоюза работников связи.

Для обоснования длины дистанции пешего перехода в эксперименте использовались маршруты различной длины от 2 до 25 км. Исследование по обоснованию нормативов базовой туристской подготовки школьников проводилось на специально оборудованном полигоне. Местность была сухая, слабо пересеченная.

ОБОСНОВАНИЕ БАЗОВОЙ ТУРИСТСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Содержание знаний и умений базовой туристской п о д г о т о в к и

В общей педагогике основополагающими показателями обучения являются объем, степень усвоения и применения знаний и умений в определенном виде деятельности. Исходя из этого, содержание знаний и умений в туризме определяется спецификой этого вида деятельности.

Анализ литературы, посвященной обучению туристским знаниям и умениям детей и подростков, показал, что оно ведется без учета возраста школьников, а программы начальной туристской подготовки рассчитаны на лиц старше 16 лет.

В определении содержания туристских знаний и умений, а также видов испытаний по туризму для школьников 9-14 лет за основу были приняты следующие положения: 1) ориентированность

видов испытаний на возможность проведения их в условиях соревнований; 2) отражение интересов и потребностей в активных занятиях туристской деятельности; 3) универсальность, обобщенность характера и направленности испытаний по туризму на формирование у подрастающего поколения интересов и потребностей в систематических занятиях туризмом, физическими упражнениями и спортом в целом; 4) преемственность с имеющимися нормативами спортивного туризма; 5) необходимость вооружения юных туристов базовыми знаниями и умениями, как основой формирования их интереса к туризму - одному из важнейших видов социально-полезной и прикладной деятельности; 6) оптимальность сроков формирования базовой подготовки юных туристов; 7) целесообразность учета уровня методической подготовки специалистов по туризму и имеющейся материальной базы и др.

Результаты исследований свидетельствуют об имеющемся в практике физкультурного движения неантагонистического противоречия, заключающегося в признании большой значимости туризма как вида социально полезной деятельности и неудовлетворительно развитой системой подготовки туристов, особенно на начальном этапе, то есть в период раннего школьного возраста. Так, 99,5% опрошенных нами учителей школ, преподавателей педагогических вузов различных городов страны, а также работники областных туристско-экскурсионных станций указали, что организация и содержание туристской работы со школьниками в настоящее время находится в неудовлетворительном состоянии. Одними из основных причин такого положения является отсутствие: возрастной дифференциации туристской подготовки; содержание туристских знаний и умений, которыми школьники должны овладеть в определенные возрастные периоды; нормативных требований для оценки этой под-

ГОТОВКИ.

В связи с тем, что научный анализ содержания, знаний и умений, необходимых для оценки базовой туристской подготовки ранее не проводился, мы сочли возможным для решения этого вопроса использовать мнения экспертов. В результате исследований был определен широкий спектр таких знаний и умений, которые оказалось возможным объединить в несколько групп:

1) теоретические знания; 2) умения по подборке и использованию личного снаряжения; 3) умения организовывать и выполнять бивачные работы; 4) умения, обеспечивающие рациональное передвижение участников похода; 5) умения, необходимые для организации различных видов переправ; 6) умения, необходимые для оказания помощи пострадавшим и другим туристам.

Вместе с тем оказалось, что содержание базовой туристской подготовки не может быть одинаковой для всех возрастных групп. Она должна быть дифференцирована в соответствии с возрастными возможностями детей и подростков.

Таким образом, результаты анкетирования специалистов позволили определить основные параметры знаний и умений, необходимых для базовой туристской подготовки (табл. I), а также возрастные периоды, в которые наиболее целесообразно осваивать конкретные знания и умения.

Состояние базовой туристской подготовки школьников 9 - 14 лет

В связи с тем, что ранее в литературе не было сформулировано понятие "базовая туристская подготовка" и не определено ее содержание, следовательно в практической и научной работе не представлялось возможным оценить ее уровень у школьников разного возраста. Результаты изложенных ранее исследований

Содержание базовой туристской подготовки школьников
9 - 14 лет

Знания и умения	для возрастных групп		
	9-10 лет	11-12 лет	13-14 лет
Права и обязанности участников похода выходного дня	-	+	-
Основы законодательства об охране природы и памятников истории и культуры	+	+	+
Меры безопасности при бивуачных работах (приготовление пищи, рубка дров и др.)	-	+	-
Симптомы и лечение заболеваний в походе	-	+	+
Основы гигиены туриста	+	+	+
Съедобные и несъедобные дикорастущие растения, грибы, ягоды и др.	+	-	-
Подборка личного снаряжения	+	-	-
Укладка рюкзака	+	-	-
Установка палатки	-	+	+
Разжигание костра	-	-	+
Очистка и обеззараживание воды для питья и других хозяйственных нужд (простейшие способы)	+	-	-
Организация привалов	-	+	+
Приготовление пищи в полевых условиях	-	+	+
Определение сторон горизонта по компасу	+	+	-
Определение сторон горизонта по местным предметам и различным признакам	+	-	-
Определение топографических знаков	-	+	+
Движение по заданному азимуту	-	+	+
Ориентировка по карте	-	-	+
Определение расстояний на местности (глазомерная съемка)	+	+	-
Передвижение по дорогам, тропам, склонам с различным покрытием, болотам (кочкам)	+	+	+
Подъем и спуск по крутым травянистым склонам	-	+	+
Организация различных видов переправ (по бревну, по веревке с перилами, с шестом и др.)	+	+	+
Оказание различных видов помощи (доврачебной, увязшему в болоте и др.)	-	+	+

II

предоставили возможность впервые подойти к определению ее уровня у детей и подростков исследуемого возраста. Такие данные имеют как практическое, так и научное значение, поскольку они представляют возможность "сфотографировать" общий уровень туристской подготовленности изучаемого контингента.

Предварительные исследования показали, что туристскими знаниями и умениями владеет незначительное количество школьников III-IV классов. Так, из 32 умений в 9-10 летнем возрасте отсутствует подготовка в 21 умении, т.е. 66% их в этом возрасте еще не освоено. В 11-12 летнем возрасте общее количество умений возрастает до 62,5%; т.е. количество не освоенных умений по сравнению с 9-10 летними детьми уменьшилось до 12. Вместе с тем, в этом возрасте отдельными туристскими умениями владеют от 0 до 35% школьников. В группе подростков 13-14 лет общее количество туристских умений возрастает до 31, однако средний процент обладающих этими умениями весьма низок - лишь 19%.

Что касается уровня теоретических туристских знаний, то он так же незначителен. Так, средний показатель их у детей 9-10 лет равен 1,7%, у детей 11-12 лет - 5,5% и 13-14 летних подростков 11,2%.

Проверка знаний и умений школьников разных возрастных групп выявила с одной стороны явную недостаточность знаний и умений по объему и доли контингента (по всем разделам колебания составляют от 0 до 70%) в каждой группе овладевшей этими знаниями и умениями. С другой стороны, показала, что эти знания и умения отрывочны и случайны. О последнем свидетельствует тот факт, что ранговая структура содержания базовой туристской подготовки, по мнению специалистов и реальных знаний и умений учащихся практически не коррелируют между собой (табл. 2).

Таблица 2

Коэффициенты ранговой корреляции Спирмена структуры реальных знаний и умений школьников с экспертными оценками их значимости для разных возрастных групп

Знания и умения	Возрастные группы		
	I-10 лет	II-12 лет	III-14 лет
Теоретические знания	0,09	0,10	0,20
Умения по комплектованию и транспортировке личного снаряжения	0,36	0,40	0,10
Умения проводить бивуачные работы	0,13	0,24	0,03
Умения ориентироваться в условиях туристского похода	0,39	0,10	0,05
Умения передвигаться в условиях пересеченной местности	0,40	0,40	0,21
Умения оказать помощь пострадавшим	0,39	0,41	0,11

Изложенные факты еще раз подтверждают актуальность разработки содержания базовой туристской подготовки как одного из элементов формирования здорового образа жизни и экологического воспитания подрастающего поколения.

Обоснование содержания туристской полосы препятствий для школьников III-УШ классов

Решение вопросов определения содержания базовой туристской подготовки выдвинуло необходимость разработки способов и критериев ее оценки. Теоретический анализ организации процесса базовой туристской подготовки свидетельствует о том, что проверить каждого школьника по всем перечисленным знаниям и умениям не представляется возможным, поскольку очевидно, что такая проверка требует огромных временных затрат, отрицательно скажется на ее внедрение в практику и заинтересованность школьников в овладении туристскими знаниями и умениями.

Учитывая, что в практике туристской работы для обучения школьников туристским знаниям и умениям часто используется туристская полоса препятствий в качестве одного из наиболее эффективных методов в системе туристской подготовки (Ганопольский В.И., 1987; Уваров В.А., Козлов А.А., Свинцов Л.Л., 1987), мы сочли возможным использовать ее для наших целей.

Результаты проведенного опроса подтвердили целесообразность применения этого метода в качестве средства оценки туристской подготовленности. Подавляющее большинство респондентов (87,9%) высказалось за разработку и практическое применение такой полосы.

Из сформированного блока знаний и умений базовой туристской подготовки экспертам было предложено отобрать те, которые в соответствии с возрастными возможностями детей и подростков каждой группы могут быть включены в туристскую полосу препятствий. Эти данные представлены в таблице 3.

Результаты анкетного опроса были положены в основу разработки содержания полосы препятствий для оценки базовой туристской подготовки школьников III-V классов.

Одним из важных организационно-методических аспектов содержания полосы препятствий, от которого зависит как степень оценки овладения туристскими знаниями и умениями, так и отношение школьников к овладению этими знаниями и умениями, является вопрос оптимального количества оцениваемых знаний и умений в полосе препятствий. Установлено, что по мнению большинства экспертов (78,9%) в любой возрастной группе полоса препятствий должна иметь не более 9 элементов (этапов).

Таким образом, на основе данных исследований, изложенных в таблице 3, а также правил туристских соревнований школьников, в содержание полосы препятствий для учащихся различных возрастных групп вошло количество элементов, представленных в табли-

Экспертные оценки необходимости включения определенных элементов в туристскую полосу препятствий для школьников разных возрастных групп, % положительных ответов

Элементы полосы препятствий	Всего	Возрастные группы		
		9-10 лет	11-12 лет	13-14 лет
Установка палатки	99,9	99,7	100	100
Укладка рюкзака	99,6	98,9	100	100
Разжигание костра	94,1	86,4	99,6	100
Выполнение заданий по краеведению	80,0	88,1	74,6	79,8
Ориентирование по компасу	73,3	67,5	70,9	81,4
Определение сторон горизонта по местным предметам и различным признакам	64,7	58,9	63,0	70,1
Переправа по бревну	53,2	37,6	51,6	70,3
Вязка узлов	49,8	44,9	47,4	57,2
Транспортировка пострадавшего	46,8	31,1	48,6	60,0
Оказание доврачебной помощи	45,6	38,6	48,9	49,4
Подъем и спуск по крутым травянистым склонам	37,6	-	52,4	62,1
Преодоление завалов	35,7	15,1	42,1	50,1
Переправа вброд	29,1	8,7	24,6	53,9
Переправа по болоту (кочкам)	20,0	-	10,4	40,6
Переправа навесная	19,1	-	-	57,4
Переправа "маятником"	16,1	-	17,9	30,5

це 4.

В содержание полосы препятствий для оценки базовой туристской подготовки вошло двадцать элементов, причем 7 из них последовательно переходят из одной возрастной группы в другую, обеспечивая тем самым преемственность овладения содержанием

Содержание полос препятствий для оценки базовой
туристской подготовки школьников III-V классов

Элементы полосы препятствий	К л а с с ы		
	3-4	5-6	7-8
Знание основ законодательства об охране природы, памятников культуры и искусства	+	+	+
Знание прав и обязанностей участников походов выходного дня	-	+	-
Знание съедобных и несъедобных дикорастущих растений (грибов, ягод и др.)	+	-	-
Знание мер безопасности при бивуачных работах	-	+	-
Определение сторон горизонта по компасу	+	+	-
Определение сторон горизонта по местным предметам и различным признакам	+	-	-
Определение топографических знаков	-	+	+
Движение по заданному азимуту	-	+	+
Чтение карты	-	-	+
Глазомерное определение расстояния	+	+	-
Вязка узлов	-	+	+
Переправа по бревну	+	-	-
Переправа по веревке с перилами	-	+	-
Переправа по болоту (кочкам)	-	-	+
Преодоление канавы, ручья, рва с помощью шеста	-	-	+
Оказание доврачебной помощи	-	-	+
Очистка и обеззараживание воды (простейшими способами)	+	-	-
Разжигание костра	-	-	+
Подборка личного снаряжения	+	-	-
Укладка рюкзака	+	-	-
Всего элементов в возрастной группе	9	9	9

базовой туристской подготовкой в соответствии с возрастными возможностями детей и подростков.

Разрабатывая содержание полосы препятствий, мы исходили из ряда принципов, которые, по нашему мнению, должны повышать заинтересованность школьников в овладении базовыми туристскими знаниями и умениями:

1. Соревновательность — каждый элемент полосы препятствий должен выполняться в условиях состязания, как между отдельными лицами, так и между группами школьников;
2. Объективность оценки — каждый элемент полосы препятствий должен поддаваться по возможности объективной оценке (время выполнения, количество ошибок и т.п.);
3. Увлечательность — каждый элемент полосы препятствий должен быть эмоционально привлекателен для детей и подростков соответствующего возраста и т.п.

Анализ содержания знаний и умений, рекомендованных специалистами в туристскую полосу препятствий показал, что не все из них отвечают изложенным выше принципам. Так, например, ходьбу по тропам и травянистым склонам трудно включить в соревнования на туристской полосе препятствий, но в то же время ее можно проверить непосредственно на марше. Это относится и к приготовлению пищи в полевых условиях, которое лучше всего проверять во время стоянки или привала.

То же самое касается проверки ряда теоретических знаний, таких, как правила поведения на природе, обязанности и права участников похода выходного дня, меры безопасности при разведении костра, оздоровительного, воспитательного, прикладного и других значений туризма.

При определении длины дистанции полосы препятствий для

учащихся разного возраста мы воспользовались рекомендациями, изложенными в правилах соревнований по туризму для школьников, где она равна: для детей III-IV классов - 300 м; для V-VI классов - 400 м; для подростков VII-VIII классов - 500 м. В существующей практике ошибки и нарушения правил прохождения туристской полосы препятствий наказываются определенным количеством штрафных кругов. Оптимальная длина штрафного круга для отдельных возрастных групп была определена в ходе проведения педагогического эксперимента. Для III-IV классов она составила 30 м, V-VI - 40 м, VII-VIII - 50 м.

ОБОСНОВАНИЕ НОРМАТИВНЫХ ТРЕБОВАНИЙ ПО ТУРИЗМУ

Обоснование длины пешего перехода

2456/7

Для обоснования наиболее рациональной длины пешего перехода в системе базовой туристской подготовки школьников различных возрастных групп был проведен специальный эксперимент, который заключался в последовательном прохождении учащимися III-VIII классов походов различной протяженности (табл. 5) со скоростью 2-2,5 км/час (школьники 9-10 лет), 3-3,5 км/час (школьниками II-12 лет) и 4 км/час (школьниками 13-14 лет). Критерием оценки дистанций являлась реакция ЧСС на нагрузку с помощью индекса Руфье.

На основании проведенных исследований установлено, что для школьников III-IV классов рациональной дистанцией является переход в 10 километров, для школьников V-VI классов в 15 километров, а для школьников VII-VIII классов в 20 километров.

Эти утверждения основываются на том, что работа на этих дистанциях проходит в тренирующем режиме, причем реакция на

Таблица 5

Дистанции пеших переходов, исследовавшихся в педагогическом эксперименте со школьниками 9-14 лет*

Длина перехода (в км)	Возрастные группы		
	9-10 лет	11-12 лет	13-14 лет
2	+	+	+
5	+	+	
10	+	+	+
15	+	+	+
20	-	+	+
25	-	-	+

* Протяженность переходов у мальчиков и девочек одного возраста одинакова.

дополнительную нагрузку по истечении 24 часов остается качественно той же, что и до похода. Другие дистанции (2,5, 10, 15, 20, 25 км) в зависимости от возраста подобным требованиям не отвечают, так как либо очень легки, либо представляют значительную физическую нагрузку.

Обоснование нормативных требований к туристской полосе препятствий для проверки базовой туристской подготовки

Нормоустановление является одной из главных проблем совершенствования программ по физическому воспитанию различных учебных заведений и внешкольных организаций (Бондаревский Е.Я., 1969, 1976; Уваров В.А., 1974, 1983; Петросян А.Н., 1978).

Анализ литературных источников по этой проблеме показал, что нормоустановление в области массовой физической культуры наиболее глубоко рассматривались при разработке нормативов Всесоюзного физкультурного комплекса "Готов к труду и обороне СССР".

Для разработки нормативов пробегания школьниками II-III классов туристской полосы препятствий мы применяли метод перцентилей (Уваров В.А., Панаев В.Г., 1985; Новокрещенов В.В., 1986), так как именно они сохраняют наиболее ценные характеристики варьирующих объектов, особенно тогда, когда обнаруживается асимметрия в распределении частот по классам вариационного ряда.

Принятый в современном комплексе ГТО уровень трудности в соотношении 90%, 60% и 20% от числа сдающих, а также использования распределения результатов по квантилям позволили определить теоретические нормативы пробегания туристской полосы препятствий школьниками II-III классов (табл. 6).

Таблица 6

Теоретически разработанные нормативы пробегания туристской полосы препятствий школьниками II-III классов (в минутах и секундах)

П о л	Возраст, л е т	Длина дистанции полосы препят- ствий, метров	О ц е н к а		
			отлично	хорошо	удовлетво- рительно
Мальчики	9-10	300	12,20	14,20	13,35
	11-12	400	12,10	14,00	16,00
	13-14	500	10,20	12,00	13,55
Девочки	9-10	300	14,00	16,00	17,00
	11-12	400	14,20	16,20	17,05
	13-14	500	13,40	15,00	16,25

Апробация нормативных требований базовой туристской подготовки школьников 9-14 лет

Апробация комплексного норматива базовой туристской подготовки школьников предусматривала два этапа. Задачей первого этапа была проверка соответствия теоретически разработанных нормативов в полосе препятствий запланированным уровням труд-

ности. В решении этой проблемы приняли участие 600 человек, по 100 в каждой возрастно-половой группе. В таблице 7 представлены данные выполнения разработанных нормативных требований.

Таблица 7

Результаты анробации нормативов туристской
полосы препятствий (%)

П о л	Возраст, лет	Длина дис- танции, м	О ц е н к а		
			отлично	хорошо	удовлетворит.
Мальчики	9-10	300	23	58	91
	11-12	400	23	57	97
	13-14	500	21	57	90
Девочки	9-10	300	19	63	89
	11-12	400	20	61	89
	13-14	500	27	61	86

В большинстве случаев отклонения полученных данных не превышает 1-3%, что свидетельствует о высокой точности рассчитанных нормативов. Две в двух случаях нормативы на оценку "удовлетворительно" у мальчиков 11-12 лет и на оценку "отлично" у девочек 13-14 лет оказались занижены и потребовали коррекции, так как в них уложилось на 7% меньше мальчиков больше запланированного. Для того, чтобы их трудность соответствовала заданной, нормативы этих возрастных групп должны быть следующими: для мальчиков 11-12 лет - 15 мин.40 сек., для девочек 13-14 лет - 13 мин.20 сек.

Следует отметить, что основной задачей нашей работы является разработка комплексного норматива по туризму, состоящего из оценки туристских знаний и умений в ходе выполнения заданий полосы препятствий и пешего перехода. Вместе с тем, каждый из элементов комплексного норматива в наших исследованиях был разработан по отдельности, однако учитывая, что выполнение комплекс-

ного норматива может представлять для детей и подростков 9-14 лет определенные трудности, нами была поставлена задача изучить реакцию организма школьников на его выполнение.

Анализ полученных данных показал, что реакция организма школьников на дозируемую дополнительную нагрузку после переходов с пробеганием полос препятствий оказалась неудовлетворительной, т.к. восстановление показателей индекса Руфье происходит более 24 часов и свидетельствует о том, что получаемая школьниками нагрузка во время выполнения комплексного норматива чрезмерна.

Так как содержание полосы препятствий является наиболее важной составной частью норматива для определения базовой туристской подготовки, длина ее дистанций для школьников разного возраста находится в соответствии с правилами соревнований, а нормативы успешно апробированы, вносить в них изменения, на наш взгляд, было нецелесообразно. Поэтому, исходя из изложенного были проведены исследования, направленные на оценку восстановления организма школьников II-III классов при уменьшении длины пещерного перехода. Его результаты позволили рекомендовать для проверки базовой туристской подготовки школьников II-III классов следующие дистанции нашего перехода и временные нормативы преодоления полосы препятствий (табл. 8).

Предложенные нормы объективно характеризуют состояние базовой туристской подготовки школьников II-III классов, а физическая нагрузка при их выполнении является наиболее оптимальной.

Таблица 3

Нормы оценки базовой туристской подготовки школьников

П о л	Возраст, лет	Нормативы				
		дистан- ция пе- рехода, км	дистан- ция по- лосы препят- ствий, м	отлично	хорошо	удовлет- воритель- но
Мальчики	9-10	7	300	12,12	14,20	15,35
	11-12	12	400	12,10	14,00	15,40
	13-14	15	500	10,20	12,00	12,50
Девочки	9-10	7	300	14,00	16,00	17,00
	11-12	12	400	14,20	16,20	17,05
	13-14	15	500	13,20	15,00	16,25

ВЫВОДЫ

1. Несмотря на то, что туризм является одним из популярных видов спорта и активного отдыха, широко применяется в практике как комплексное средство воспитания нравственных, эстетических и физических качеств подрастающего поколения, отсутствие в теории и практике туристской работы основных компонентов и критериев оценки базовой туристской подготовленности не позволяет объективно оценивать уровень туристской подготовленности детей школьного возраста, и разрабатывать обоснованные организационно-управленческие и методические аспекты этой работы.

2. Содержание базовой туристской подготовленности школьников должно быть комплексным показателем, объективно оценивающим теоретические и специальные знания и умения в области туризма, а также уровень физической подготовленности школьников.

3. Основой базовой туристской подготовки должны стать теоретические знания и умения в комплектовании личного снаряжения, выполнении бивуачных работ, рационального движения в походе, организации переправ, оказании различных видов помощи пострадавшим. Базовая туристская подготовка должна быть дифференцирована в соответствии с возрастными возможностями детей и подростков.

4. Установлено, что на современном этапе развития детского туризма большинство школьников 3-8 классов не владеет основными элементами туристской подготовки. Теоретическими туристскими знаниями владеет лишь 1,7% детей 9-10 лет, 5,5% детей 11-12 лет, 11,2% подростков 13-14 лет. В 9-10-летнем возрасте отсутствует подготовка в 66% умений, в 11-12-летнем возрасте общее количество умений возрастает до 62,5%. Выявлено, что в возрасте 11-12 лет степень овладения отдельными туристскими умениями не превышает 35%. У подростков 13-14 лет общее количество владеющих отдельными туристскими умениями возрастает до 96%, но овладевших всеми необходимыми умениями не превышает 19%.

5. Знания и умения школьников в области туризма далеки от требований базовой туристской подготовки как по объему, так и по структуре и по сути дела являются случайными, отрывочными, о чем свидетельствует низкий уровень коэффициента корреляции (от 0,03 до 0,24) указанных знаний и умений при соотнесении их с экспертными оценками значимости для школьников различных компонентов базовой туристской подготовки.

6. По мнению 89,9% специалистов, наиболее эффективным методом комплексной оценки базовой туристской подготовки является туристская полоса препятствий, в которую целесообразно

но выключить 30 элементов. Таким образом переходит из одной возрастной группы в другую, обеспечивая преемственность содержания полос препятствий в соответствии с возрастными возможностями детей и подростков.

7. Определено, что дистанция пешего перехода не должны превышать 10 км для школьников 3-8 классов, 15 км для школьников 5-6 классов и 20 км для школьников 7-8 классов, т.к. на более длинных дистанциях по реакции сердечно-сосудистой системы выявлено, что функциональные нагрузки превышают допустимые величины.

8. Объективную оценку базовой туристской подготовки школьников целесообразно проводить на основании разработанных нами для конкретных возрастных групп дистанций пешего перехода в сочетании с выполнением нормативов преодоления полосы препятствия.

9. При определении базовой туристской подготовки на основании пешего перехода и выполнения нормативов на полосе препятствий необходимо уменьшение рекомендуемой длины пешего перехода у школьников 9-12 лет на 3 км, у 13-14-летних - на 5 км, так как в противном случае отмечаются замедленные реакции восстановления сердечно-сосудистой системы.

10. Разработанные нами и апробированные нормы комплексно оценивают уровень физической и базовой туристской подготовленности школьников. Их трудность выполнения соответствует градации (90, 60 и 20%), принятой в советской системе физического воспитания.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. О необходимости дальнейшего совершенствования туристских нормативов комплекса ГТО // Организационные и методические аспекты совершенствования работы по комплексу ГТО: Тез. докл. Всесоюзной научно-практической конфер. (Краснодар 17-21 октября 1983г.), М., 1983. - С. 7-8. В соавтор. Свинцов Л.Л.
2. Пути совершенствования требований комплекса ГТО по туризму // Массовая физическая культура и спорт в борьбе за здоровый образ жизни советских людей (формы, методы и содержание физкультурно-оздоровительной работы с населением): Тез. докл. Всесоюз. научно-практической конферен. (Минск 29 сентября - 1 октября 1987г.). Минск, 1987. - С. 122-123. В соавтор. Уваров В.А., Свинцов Л.Л.
3. В поход пешком. - М.: Советский спорт, 1988. - 48 с., илл. - (Физкультурная библиотечка школьника). В соавтор. Уваров В.А.
4. Основные средства базовой туристской подготовки студентов к овладению профессиональными умениями будущих учителей физкультуры // Межвузовская научн. конфер. "Физическая культура личности студента". (24-26 января 1989 г., г. Москва) - М., 1989. - С. 152 - 153.