



**СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТА  
И ТУРИЗМА, БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ**

**УЛЬЯНОВСК 2022**

<https://www.ulspu.ru/science/docs/SPFVSITBJ2.pdf>

## СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ МОТИВАЦИИ ДЕТЕЙ К ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Музафаров К. А.**

*студент*

**Павицкая З. И.**

*кандидат педагогических наук, доцент*

*ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры,  
спорта и туризма»*

*Казань, Россия*

**Аннотация.** В статье рассмотрен спортивно-оздоровительный туризм как средство формирования мотивации детей к занятиям физической культурой и спортом.

**Ключевые слова.** Мотивация, спорт, туризм, рекреация, здоровье, дети.

**Актуальность.** Спортивно-оздоровительный туризм является наиболее комплексным видом воспитания детей школьного возраста. Он учит дружбе, трудолюбию, дисциплинированности, инициативе, взаимопомощи. Туризм расширяет кругозор, обогащает духовную жизнь, является прекрасным средством познания красоты природы; помогает при выборе профессии, оказывает положительное влияние на организм детей. На сегодняшний день специалистами значительное внимание уделяется обоснованию методик занятий спортивно-оздоровительным туризмом, формированию мотивации детей к занятиям физической культурой и спортом.

**Цель исследования** – обоснование спортивно-оздоровительного туризма как средства формирования мотивации детей 7–10 лет к физкультурно-спортивной деятельности.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Выбор средств и методов тренировки, формирования мотивации обусловлен особенностями психо-возрастного развития детей. В возрасте 7–10 лет идет активной психическое развитие: нервная система совершенствуется, развивается основные психические функции: речь, память, мышление, воображение, познание, ощущение и т.д. [2]. Отмечается также некоторая неравномерность физического и психического развития. Физическое развитие опережает психическое, что приводит к беспокойству, высокой утомляемости, возникновению

острой потребности в движении. В данном случае эффективны занятия физической культурой, в частности средства спортивно-оздоровительного туризма [1]. Использование на занятиях туризмом игрового формата, преимущественно организации занятий на свежем воздухе, обеспечивает возможность более полного удовлетворения потребности в движении.

Для детей 7–10 лет, ведущим развивающим видом деятельности будет оставаться игра, так как она способна развивать не только психические функции, но и обучать умению управлять собой, подчиняться правилам игры, выстраивать взаимодействие друг с другом [3].

В психология выделяет 2 основных типа мотивации. Первичная мотивация заключается в потребности, инстинктивности, влечении. Собственно, только вторичная мотивация, проявляется в форме мотива. Под мотивацией, в большинстве случаев, понимается определение последующего поведения человека, в связи с этим, выделяют внешнюю и внутреннюю мотивацию [4]. Необходимо учитывать разнообразие видов мотивации, а также, вследствие этого, к каждому ребёнку применять разнообразные подходы к формированию мотивацию. Учителя, педагоги, которые применяют одни и те же стратегии формирования мотивации, к сожалению, допускают большую ошибку. В спортивной деятельности мотивация определяющим условием эффективности и результативности этапа начальной подготовки [6].

Далее рассмотрим возможности спортивно-оздоровительного туризма (далее, СОТ) как средства мотивации. СОТ - один из видов туризма, первоначальной целью которого является оздоровление, рекреация, а также совершенствование навыков преодоления естественных препятствий, комплекса умений, знаний и навыков, которые просто необходимы для безопасного передвижения по пересеченной местности и преодоления сложного природного рельефа человеком [5].

СОТ является отличным средством расширения кругозора ребёнка, обогащения его духовной жизни, а также прекрасным средством познания красоты окружающей природы. Занятие спортивно-оздоровительным туризмом на регулярной основе вырабатывает у занимающихся детей сознательную дисциплину, самостоятельность, настойчивость, инициативу, а также взаимовыручку и трудолюбие [7].

Средствами и формами спортивно-оздоровительного туризма являются упражнения спортивного ориентирования; упражнения туристского многоборья; упражнения спортивного скалолазания; пешие прогулки; упражнения специальной подготовки горного, водного, лыжного и пешеходного туризма; походы выходного дня

рекреационной и спортивно- тренировочной направленности; экскурсии; комплексные туры и сборы по видам туризма; туристские развлечения и активный отдых; туристские слёты и соревнования; туристские экспедиции; туристское краеведение и т. д. Все они оказывают позитивное влияние на формирование здоровья детей [5].

Помимо приведённых средств, для повышения мотивации у детей к занятиям СОТ, стоит обратить внимание также на смежные с СОТ средства, такие как экологические акции, фрироуп, разного рода туристские викторины, квесты, мастер классы.

Для наглядности стоит дать определение каждому из видов средств СОТ. В первую очередь коснёмся экологической акции. Событийно-значимое мероприятие, целью которого является сохранение окружающей среды. Во время этой акции дети активно получают знания о природоведении, происходит формирование навыков культуры экологии, а также начинает проявляться активная жизненная позиция. Данный вид мероприятий служит отличной экологической пропагандой не только среди детей, но и родителей, которые услужливо проявляют активную помощь.

Фрироуп – это достаточно новый вид спорта, сформировавшийся в России. Он основан на преодолении участниками специально отведенных дистанций, которые состоят из подвесных элементов. Общие правила несложные, главное – не коснуться земли от старта до финиша.

Викторины также являются формой культурно-досуговой и воспитательной работы, включают конкурс ответов на вопросы, с целью определения победителей.

Как показывает практика, квесты являются привлекательной формой для детей разного возраста. Квест это командные игры, ключевая цель которых, выполнить специально подобранные, тематические задания за ограниченный промежуток времени. Все основные действия проходят также в специально оборудованном помещении. Выполнение квеста предусматривает решение различных логических задач, головоломок, поиска предметов, каких-то ответов на заданные вопросы и не только. Всё зависит от тематики, а также жанра квестов.

Последним, но не по значимости, являются мастер-классы. То есть демонстрация методов и приёмов работы конкретным специалистом в определённой области для тех, кто желает приобрести новые навыки, либо усовершенствовать старые, уже имеющиеся.

Весь комплекс средств спортивно-оздоровительного туризма, прежде всего, ориентирован на развитие ведущих физических качеств – ловкости, выносливости (специальной и общей), скоростно-силовых качеств. Конкретно для развития выносливости применяются

следующие средства – учебно-тренировочные походы (походы выходного дня). Развитию ловкости и координации способствуют упражнения на скалодроме, подвижные и спортивные игры. Важно помнить, что в занятиях спортивно-оздоровительным туризмом должны быть представлены равнозначно средства физической и специальной туристской подготовки.

**Заключение.** В возрасте 7–10 лет у детей проявляется повышенная потребность в двигательной активности. Если её не удовлетворять, то это может обернуться психо-эмоциональным дискомфортом (нервозностью, слезливостью, раздражительностью, обидчивостью, в некоторых случаях даже агрессивностью). Для формирования позитивной мотивации детей 7–10 лет к учебной, физкультурно-спортивной деятельности необходимо шире использовать возможности спортивно-оздоровительного туризма. При этом формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом обеспечивается комплексным использованием средств и форм организации занятий спортивно-оздоровительным туризмом.

**Список литературы:**

1. Бабаян Г. К. Влияние физической культуры на формирование личности / Г. К. Бабаян, Е. В. Егорычева // Международный студенческий научный вестник. 2015. № 5–3. С. 45.
2. Выготский Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. М.: АСТ, 2005. 670 с.
3. Гани С. В. Развитие мотивации в младшем школьном возрасте: диссертация кандидата психологических наук / С. В. Гани. М.: 2014. 199 с.
4. Гулеватый В. Л. Пути повышения мотивации обучения / В. Л. Гулеватый. В.: 2016. 215 с.
5. Константинов Ю. С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: учебное пособие по дисциплине специализации специальности «Менеджмент организации» / Ю. С. Константинов, Российская международная акад. туризма, Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения. – М.: Советский спорт, 2015. 390 с.
6. Прихожан А. М. Психологические проблемы нравственного воспитания школьников: сборник науч. трудов / А. М. Прихожан. М.: НИИ ОП, 2015. 58 с.
7. Таймазов В. А. Теория и методика спортивного туризма: учебник / В. А. Таймазов, Ю. Н. Федотов. М.: Советский спорт, 2014. 424 с.