

4. Журавська Л. М. Соціально-психологічний тренінг: розвиток якостей особистості працівників сфери туризму : навч. посібник для студ. вищих навч. закладів. – К. : Видавничий дім “Слово”, 2006. – 312 с.

М. Д. Зубалій,
м. Київ

ОРГАНІЗАЦІЯ І ПРОВЕДЕННЯ ДНЯ ТУРИЗМУ В ШКОЛІ

У статті розкрито організацію і методiku проведення дня туризму з нагоди Всесвітнього дня туризму, яки щорічно святкується в загальноосвітніх навчальних закладах 27 вересня. Його проведення сприяє залученню учнів до активної рухової діяльності та здорового способу життя.

Ключові слова: день туризму, Всесвітній ден туризму, активна рухова діяльність, здоровий спосіб життя.

Ефективною формою фізичного виховання учнів старших класів у процесі позакласної роботи є дні туризму, які організовуються згідно з Положенням про проведення дня туризму в школі. Їх проводять з метою: формування у старших школярів бажань і схильностей до туристської роботи; залучення учнів до активного оволодіння базовими знаннями, уміннями та практичними навичками з техніки і тактики подолання перешкод у процесі туристських походів; допомоги кожному учасникові дня туризму сформуванню бажання вивчати історію рідного краю в процесі туристських походів; відбору здібних школярів для занять у туристському гуртку та участі в районних, міських змаганнях з туризму.

Розпочинається день туризму в школі зранку. У вестибюлі або іншому обумовленому місці розвішуються підготовлені учнями конкурсні газети “День туризму”, “Краєзнавча вікторина”, “Усім класом у туристський похід”, зібрані вчителем фізичної культури напередодні дня туризму. Також вивішується Положення про проведення дня туризму в школі, умови проходження смуги перешкод і схеми етапів, які будуть використані на дистанції. Після закінчення уроків учасники змагань вишиковуються на урочисту лінійку, на якій оголошується порядок проведення дня туризму: місце проведення краєзнавчої вікторини, порядок старту на смузі перешкод та інші організаційні питання. Після закінчення лінійки учасники змагань знайомляться з обладнанням дистанції і порядком її проходження. Водночас зі змаганнями на смузі перешкод також проводиться краєзнавча вікторина. Створене конкурсне журі оцінює зміст конкурсних газет, результати краєзнавчої вікторини та визначає переможців конкурсу загалом.

На етапі “розкладання намету” застосовується також спорядження: намет; 10 кілочків; 2 альпенштоки. Для проведення змагань на цьому етапі необхідна рівна галявина розмірами 5х6 м з хорошим ґрунтом, щоб у нього легко вколювалися кілочки і була можливість швидко поставити намет. Перед змаганнями суддя пояснює учням, що спочатку треба розтягнути та закріпити дно намету, потім поставити альпенштоки й натягнути верх намету, далі по діагоналі натягти бокові відтяжки й закріпити їх. При цьому треба стежити, щоб верх намету був рівний, без зморшок. Після пояснення команда за допомогою судді складає намет і збирає в одне місце всі кілочки та альпенштоки. Після

команди “Старт!” починається розкладання намету на результат. Навет може розкласти й не вся команда, але суддя не відпускає останнього учасника доти, доки не будуть виправлені допущені помилки й верх намету буде рівний.

Командна смуга перешкод обладнується, як правило, на території школи. Якщо ж такої можливості немає, то дистанцію смуги перешкод облаштовують на прилеглий до школи території. Під час її підготовки на дистанції обладнують такі етапи, які не вимагають від учнів спеціальної туристської підготовки та використання страхувальних систем. Це переправа по паралельних мотузках, маятник, горизонтальний маятник, підйом по схилу, розкладання намету, купини, транспортування потерпілого, в'язання вузлів. Ці етапи бажано розміщувати неподалік один від одного. Старт і фініш мають бути в одному місці. Як правило, початок та кінець кожного етапу відмічаються контрольними лініями. Учасники змагань проходять усі етапи самостійно, крім “встановлення намету” та “транспортування потерпілого”. Штраф за здійснену помилку на дистанції смуги перешкод не застосовується. Якщо учасник змагань не виконав умов проходження дистанції або допустив помилку, то він повертається на початок етапу і проходить його спочатку. Учасники штрафують себе часом, а Кращою стає та команда, яка пройшла дистанцію смуги перешкод найшвидше.

На етапі “*маятник*” використовується таке спорядження: 1 мотузка діаметром 10 мм; 1 мотузка діаметром 8 мм для зняття; 1 карабін; 2 контрольні лінії. Для обладнання цього етапу підбирають дерево з міцною горизонтальною гілкою, за яку можна підвісити мотузку. За допомогою карабінної удавки мотузка кріпиться до цієї гілки з приєднаною мотузкою для висмикування. Довжина маятника має бути такою, щоб мотузка не торкалась землі. На кінці мотузки зав'язується вузол для кращого її тримання руками. За допомогою підвішеної мотузки учасники змагань мають подолати умовний рів, який помічений контрольними лініями. Якщо ж учасник змагань однією або двома ногами торкнеться землі між контрольними лініями, то він починає проходження етапу спочатку.

Етап “*купини*” позначається двома контрольними лініями. Для його обладнання необхідні засоби для позначення купин. Купини – це кола діаметром 40–50 см з чіткими контурами. Позначати їх можна за допомогою крейди, фарби, зняття дерну на траві (з обов'язковим його поверненням на місце). Учасники змагань швидко долають умовне болото, перестрибуючи з купини на купину. Якщо учасник змагань не потрапляє на купину або заступає за її контури, то він починає етап спочатку.

На етапі “*в'язання вузлів*” використовується таке спорядження: мотузка довжиною 5–6 м, закріплена між опорами; 5–6 репшнурів; стенд із зразками вузлів. Цей етап є виносним, і його проходять після закінчення дистанції. Члени команди знайомляться з вузлами, що використовуються в туризмі. Для в'язання обирається один із простих вузлів: схоплюючий або прямий. Суддя пояснює учасникам, як його в'язати, і вказує на послідовність в'язання. Після пояснення, за командою капітана, усі учасники змагань швидко в'яжуть вузли. Після закінчення в'язання за командою капітана секундомір зупиняється. Згідно з Положенням учасники змагань можуть підказувати один одному, але не

допомагати. Якщо учасник не зав'язав вузла, то він отримує штраф 90 сек., якщо ж зробив помилку – 10 сек. штрафу. Час в'язання вузлів та штрафи додаються до загального часу проходження дистанції.

На етапі *“підйом по схилу”* використовується також спорядження: 1 мотузка діаметром 10 мм і довжиною – 20 м; 2 карабіни; 2 контрольні лінії. Для обладнання цього етапу необхідна наявність схилу й дерева наверху цього схилу або іншої опори для кріплення мотузки. Учасники змагань піднімаються на схил, тримаючись руками за мотузку й перебираючи її від першої контрольної лінії до другої контрольної лінії. Якщо учасник змагань відпустить мотузку, то він має починати підйом спочатку. Суддя не допускає проходження етапу *“підйом по схилу”* одночасно двома учасниками.

На етапі *“горизонтальний маятник”* застосовується таке спорядження: 2 мотузки товщиною 10 мм і довжиною 20 м; 2 карабіни; 2 контрольні лінії. Для обладнання цього етапу необхідна наявність трьох дерев, які розміщені трикутником. Одна мотузка (А) натягується між двома деревами на висоті не більше 70 см, а друга (Б) кріпиться одним кінцем до третього дерева, а вільний її кінець має доставати до мотузки А. Учасникам змагань необхідно подолати перешкоду, рухаючись ногами по мотузці А, тримаючись для переваги за мотузку Б. Для зручності проходження мотузку Б повинна натягуватись учасником. Якщо дві ноги учасника не втрималися на мотузці А, то він, згідно з Положенням починає етап спочатку. Судді підстраховують учасників під час зриву й передають мотузку Б наступному учасникові змагань.

На етапі *“переправа по паралельних мотузках”* використовується таке спорядження: 2 мотузки діаметром 10 мм і довжиною 25 м; 4 карабіни; 2 контрольні лінії. Для обладнання цієї переправи необхідна наявність двох дерев, відстань між якими 10–20 м. Між ними натягуються дві мотузки над уявним яром, одна на висоті 50–70 см від землі, а друга – на висоті 1,5 м від першої. Учасники змагань мають перейти від одного дерева до іншого, пересуваючи ноги по нижній мотузці, тримаючись руками за верхню. Якщо дві ноги учасника переправи не втримаються на мотузці, то він починає етап спочатку. Судді не дозволяють проходити етап двом учасникам одночасно й підстраховують їх у разі зриву.

Етап *“транспортування потерпілого”* позначається контрольними лініями. Як спорядження використовуються медичні ноші. Для проходження цього етапу необхідні три учасники змагань. Команда сама визначає хто буде умовно „потерпілим”. Цей учасник лягає на ноші. Двоє інших несуть його на ношах головою вперед по рівній місцевості та на підйомі. Якщо *“потерпілого”* треба нести вниз, то необхідно покласти ноші на землю й розвернути їх так, щоб під час подальшого транспортування голова *“потерпілого”* була вище ніг. При цьому „потерпілий” теж лежить на ношах, а суддя змагань стежить за тим, щоб ці умови були виконані. У кінці етапу ноші кладуть на землю за контрольною лінією і *“потерпілий”* може самостійно встати з них. Якщо нош у школі немає, то *“потерпілого”* можна транспортувати на *“стілчику”*, який створюють двоє учасників, схрестивши руки. Якщо під час транспортування *“стілчик”* розпався, то учасники схрещують у цьому місці руки знову. Учасника, який транспортує можна замінити, а *“потерпілий”* залишається той самий.

Після завершення командних змагань на смузі перешкод підводяться підсумки, визначаються переможці й призери. Паралельно цим змаганням підводяться підсумки з проведення краєзнавчої вікторини. Після цього підводяться загальні підсумки щодо проведення в школі дня туризму й здійснюються нагородження переможців та призерів з кожного виду програми. За результатами проведення дня туризму визначаються кращі учні для участі в районних та міських змаганнях з туризму. Після закінчення змагань з учасниками проводиться екскурсія, яку організують класні керівники та адміністрація загальноосвітнього навчального закладу.

Список використаної літератури

1. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование на местности: учебник для институтов и техникумов физической культуры / В.И. Ганопольский, Е.Я. Безносиков, В.Г. Булатов. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 163 с.
2. Дехтяр В.Д. Основи оздоровчо-спортивного туризму: навчальний посібник для закладів освіти / В.Д. Дехтяр. – К.: Науковий світ, 2003. – 203 с.
3. Зубалій М.Д. Пішохідний туризм / М.Д. Зубалій. – К.: Здоров'я, 1977. – 88 с.
4. Книга вчителя географії: довідково-методичне видання / Упорядники Н.В. Беснова, В.М. Проценко. – Харків: ТОРСІНГ ПЛЮС, 2005. – 288 с.
5. Книга вчителя фізичної культури: довідково-методичне видання / Упорядники С.І. Операйло, В.М. Єрмолова, Л.І. Іванова. Вид. 2-е, доповн. – Харків: ТОРСІНГ ПЛЮС, 2006. – 560 с.
6. Моргунов Б.П. Туризм: учебное пособие для студентов педагогических институтов по специальности № 2114 “Физическое воспитание”. – М.: Просвещение, 1978. – 168 с.
7. Пангелов Б.П. Організація і проведення туристсько-краєзнавчих подорожей: навчальний посібник / Б.П. Пангелов. – К.: Академвидав, 2010. – 248 с.
8. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. Фізична культура. 5-12 класи / В.М. Єрмолова, М.Д. Зубалій, Л.І. Іванова та ін. – Київ-Ірпінь: Перун, 2005. – 272 с.
9. Реєнт О.П. Чим живуть краєзнавці? / О.П. Реєнт // Слово просвіти. – 2012. – № 4. – 26 січня–1 лютого. – С. 11.
10. Трофем'як Б.Є. Фізичне виховання і спортивний рух у Західній Україні (з початку 30-х років ХІХ ст. до 1939 р.): навчальний посібник / Б.Є. Трофем'як. – К.: ІЗМН, 1997. – 424 с.
11. Федак В.В. Закарпаття у спортивному вимірі / В.В. Федак. – Ужгород: Карпати, 1993. – 148 с.
12. Фізична культура в школі: 5-11 класи: методичний посібник [за загальною редакцією С.М. Дятленка] – К.: Літера ЛТД, 2011. – 368 с.

*А. І. Ільченко,
м. Київ*

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ДО ОЗДОРОВЧО-РОЗВИВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті подано класифікацію педагогічних умов. З'ясовано сутність педагогічних умов спеціальної оздоровчо-розвивальної діяльності, а також розроблено модель виховного процесу формування ціннісного ставлення до оздоровчо-розвивальної діяльності юнаків-старшокласників.

***Ключові слова:** педагогічні умови, спеціально оздоровчо-розвивальна діяльність, ціннісне ставлення.*

У сучасних педагогічних дослідженнях, пов'язаних із проблемами удосконалення виховного процесу, підвищення його ефективності виховного