Дата публикации: 01.09.2021
DOI: 10.51871/2588-0500_2021_05_03_17
УДК 796.51

ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ К ТУРИСТСКОМУ ПОХОДУ В КОНТЕКСТЕ СНИЖАЮЩЕЙСЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Ю.А. Гордеев, В.А. Пегов, А.В. Матвеева
Смоленский государственный университет спорта, г. Смоленск, Россия

Ключевые слова: туристский подход, гиподинамия, учащиеся, телесно-двигательный опыт.

Аннотация: Понимание недостаточности двигательной активности детей и подростков не должно ограничиваться только количественными показателями. Оно должно быть расширено исследованием качественных аспектов телесно-двигательного опыта подрастающего поколения. Включение учеников общеобразовательной школы в практику туристского подхода способствует решению данной задачи. Проведённый опрос среди учеников 5-11 классов показал, что, по их мнению, поход способствовал развитию самостоятельности, трудолюбия, готовности оказать помощь другому, способности к самопреодолению, двигательных качеств, умений и навыков. Вовлечение учеников в практику туристских походов имеет в качестве отдачи не только живой интерес детей к походам, осознание их пользы, как в телесно-двигательном отношении, так и социально-психологическим, но и формирует хорошие предпосылки устойчивости к технологическим видам зависимостей.

FEATURES OF THE ATTITUDE OF SCHOOLCHILDREN TO HIKING IN THE CONTEXT OF REDUCING MOTOR ACTIVITY OF CHILDREN AND ADOLESCENTS

Y.A. Gordeev, V.A. Pegov, A.V. Matveeva
Smolensk State University of Sports, Smolensk, Russia

Keywords: hiking, sedentary lifestyle, students, body-motor experience.

Annotation: The understanding of the lack of children and adolescents' activity should not be limited only to quantitative indicators. It should be expanded by studying the qualitative aspects of body-motor experience of the younger generation. The inclusion of students of a general education school in the practice of the tourist approach contributes to the solution of this problem. A survey, which was conducted among the students of 5-11 grades, showed that, in their opinion, the hiking contributed to the development of independence, diligence, readiness to

help others, ability of self-overcoming, motor qualities, skills and abilities. The involvement of the students in the hiking practice has not only a keen interest of children in hiking, an awareness of their benefits both in body-motor and socio-psychological relation, but also forms good prerequisites for resistance to technological types of addictions.

Введение. Понимание проблемы нарастающего снижения двигательной активности молодого поколения, к сожалению, часто зауживается сведением её лишь к вопросам гиподинамии (количественным показателям двигательной активности) и последствий для общего состояния здоровья человека. Но сейчас требуется уже более точный и дифференцированный подход к данной проблеме, где необходимо обращать внимание не только на количественный аспект телесно-двигательного опыта детей, но и на его качество [1]. Очевидно, что занимающиеся тем или иным видом спорта двигаются много, но качество движений носит узкоспециализированный характер, что сказывается не только на здоровье юных спортсменов, но и на их образовательных достижениях [2-3]. Спортивный туризм вкупе со спортивным ориентированием даёт возможности как раз по расширению телесно-двигательного опыта детей в качественном отношении. Редко какая общеобразовательная школа может похвастать дополнительными видами двигательной активности для своих учеников, помимо формальных уроков физической культуры и внеурочной деятельности. Как правило, это происходит только благодаря энтузиазму отдельных учителей физической культуры или определяется особой методикой преподавания.

Методы и организация исследования. Целью нашего исследования было определение специфики отношения школьников к туристскому походу и особенностей восприятия его влияния на различные аспекты их жизни. С помощью градуированной анкеты (от 0 до 9 баллов) было опрошено 73 ученика 5-11-х классов, учащихся по вальдорфской методике МБОУ «СШ №2» г. Смоленска, и участвовавших в туристском походе. Нами использовался однофакторный дисперсионный комплекс ANOVA **(**критерий Фишера (F-критерий)) для определения значимости различия между средними с помощью сравнения (анализа) дисперсий (разные группы испытуемых). Для выявления возможных причинно-следственных взаимосвязей применялась пошаговая множественная линейная регрессия с последовательным уменьшением независимых переменных (критерий Дарбина-Уотсона (Durbin-Watson)).

Результаты исследования и их обсуждение. Среди прошедших анкетирование учащихся 91,8% на вопрос «Ходил(а) ли ты раньше в туристский поход?» ответили утвердительно. Однако, этот очень высокий процент – заслуга вальдорфской методики преподавания, и, к сожалению, совершенно не является универсальным показателем уровня использования туризма, как средства физического воспитания, при обучении детей в общеобразовательной школе. Зато с уверенностью можно говорить о том, что, отвечая на вопросы анкеты, касающиеся летнего многодневного туристского похода, абсолютное большинство учащихся опирались именно на собственный опыт в этой сфере, что увеличивает уровень объективности полученных результатов. С 1-го класса дети вовлечены в практику походов: от первоначальных выходов в течение одного дня до 9-дневных, которые включают в себя переходы, радиальные выходы, сплавы по реке и отработку навыков переправы, ориентирование на местности (в том числе в ночное время), командное взаимодействие в разновозрастных группах и многое другое. Закономерно, что три четверти опрошенных учеников всегда готовы идти в поход.

Анкетный опрос позволил выделить различные группы испытуемых, и далее с помощью дисперсионного анализа определялась их специфика по интересующим нас показателям (что даёт уже дифференцированную картину). Первая группа испытуемых определилась по ответам на вопрос «Есть ли у тебя желание снова пойти в летний многодневный туристский поход?». Факторной переменной выступала группа детей, положительно отвечавшая на этот вопрос, а в качестве зависимой переменной использовались данные анкеты. Тем ученикам, у которых выражено стремление снова пойти в поход, закономерно свойственно положительное впечатление от похода ($F=41{,}03$, $p<0{,}001$), считая, что он способствовал развитию у них самостоятельности ($F=7{,}57$, $p<0{,}01$), трудолюбия ($F=11{,}42$, $p<0{,}001$), способности к самопреодолению ($F=11{,}34$, $p<0{,}001$), готовности оказать помощь другому ($F=3{,}47$, $p<0{,}05$), двигательных качеств ($F=24{,}73$, $p<0{,}01$), умений и навыков ($F=15{,}76$, $p<0{,}001$).

Было получено уравнение регрессионного анализа (1), где в качестве зависимой переменной выступал ответ на вопрос «Хотелось ли тебе летом пойти в многодневный туристский поход?», а независимыми переменными были показатели анкеты ($F=39{,}78$, $p<0{,}001$):

$$П5 = -0{,}089 + 0{,}536 \times П8 + 0{,}281 \times П9.2 + 3{,}647 \times П10.1 - 0{,}283 \times П9.6 \quad (1),$$

где П5 – «показатель собственного желания пойти в летний многодневный туристский поход»; П8 – «показатель характера впечатления о походе»; П9.2 – «показатель влияния туристского похода на развитие

трудолюбия»; П10.1 – «показатель желания снова пойти в летний многодневный туристский поход»; П9.6 – «показатель влияния туристского похода на развитие двигательных качеств (ловкость, подвижность и др.)».

Собственное желание учеников снова пойти в поход в большей степени опирается на положительное впечатление от предыдущего похода (что вполне логично), их представление о том, что пребывание в достаточно экстремальных условиях способствует формированию у них трудолюбия. Но они считают, что поход не оказывает существенного влияния на развитие их телесных способностей, что может косвенно указывать на то, что формирование телесных и двигательных качеств происходит у них в достаточной степени на уроках физической культуры в школе, что и предусматривает вальдорфская образовательная программа, учебный план и методика (в частности, качественное разнообразие ежедневных ритмических упражнений, множество подвижных игр, новые телесные культуры: ботмеровскую гимнастику и эвритмию) [4].

Во втором уравнении регрессионного анализа (2) в качестве зависимой переменной выступал ответ на вопрос «Какое впечатление у тебя осталось от похода в итоге?», а независимыми переменными были показатели анкеты ($F = 46{,}30$, $p<0{,}001$):

$$П8 = 0{,}803 + 0{,}205 \times П4 + 0{,}466 \times П5 + 0{,}300 \times П9.7 \quad (2),$$

где П8 – «показатель характера впечатления о походе»; П4 – «показатель частоты пребывания на природе»; П5 – «показатель собственного желания пойти в летний многодневный туристский поход»; П9.7 – «показатель влияния туристского похода на развитие житейских умений и навыков».

Те ученики имеют положительное впечатление от похода, которые и в другое время часто бывают на природе, которые видят в нём возможность для приобретения разнообразных житейских умений и навыков.

В следующем регрессионном уравнении (3) в качестве зависимой переменной выступал ответ «Более 5-ти часов в день» на вопрос «Сколько часов в день ты проводишь за монитором компьютера, экраном телефона или телевизора?», а независимыми переменными были показатели анкеты ($F = 6{,}48$, $p<0{,}01$):

$$П3.5 = 0{,}233 - 0{,}300 \times П9.6 \quad (3),$$

где П3.5 – «показатель количества часов, проводимых за компьютером или телевизором»; П9.6 – «показатель влияния туристского похода на развитие физических способностей».

Закономерно, что те дети и подростки, которые более 5 часов в день проводят за телевизором или компьютером считают, что поход помогает

развить физические способности. В силу того, что они сами столько времени «просиживают» неподвижно перед экраном, эти ученики видят в походах возможность развить у себя то, что совсем не формируется в привычных домашних условиях.

В четвёртом регрессионном уравнении (4) в качестве зависимой переменной выступал ответ «Нисколько» на вопрос «Сколько часов в день ты проводишь за монитором компьютера, экраном телефона или телевизора?», а независимыми переменными были показатели анкеты ($F = 3{,}86$, $p<0{,}05$):

$$П3.1 = 0{,}046 + 0{,}033 \times П8 - 0{,}033 \times П9.7 \quad (4),$$

где П3.1 – «показатель количества часов, проводимых за компьютером или телевизором»; П8 – «показатель характера впечатления о походе»; П9.7 – «показатель влияния туристского похода на развитие житейских умений и навыков».

Уравнение указывает на то, что ученики, у которых к нулю сводится пребывание за техническими устройствами, имеют положительное впечатление от похода, и они не видят необходимости в том, чтобы он формировал у них житейские умения и навыки. Видимо, эти навыки у них достаточно формируются дома и в школе, т.к. они не «зависают» за компьютерами и телевизором.

Заключение.

1. У учеников, имеющих выраженное стремление снова пойти в поход, закономерно формируется положительное впечатление от похода, которое конкретизируется в представлениях о том, что он помог развитию у них самостоятельности, трудолюбия, способности к самопреодолению, готовности оказать помощь другому, двигательных качеств, умений и навыков.

2. Те ученики, которые имеют собственное желание пойти в поход, ценят его не столько за дополнительное развитие двигательных качеств, сколько за приобретение разнообразных жизненных навыков и умений. На положительное воздействие похода на двигательные качества указывают те дети и подростки, которые более 5 часов в день проводят за телевизором и компьютером.

Таким образом, систематическое вовлечение учеников с 1-го по 11-й классы в практику туристских походов в контексте внимательного и заинтересованного отношения к их полноценному телесно-двигательному созреванию на протяжении всех лет обучения имеет в качестве отдачи не только живой интерес детей к походам, осознание их пользы, как в телесно-двигательном отношении, так и социально-психологическим, но и

формирует хорошие предпосылки устойчивости к технологическим видам зависимостей.

Список литературы

1. Пегов В.А. Необходимость введения понятия «телесная зрелость» в исследования достижений детей в спорте / В.А. Пегов, Л.П. Грибкова, А.Э. Козлова // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – №6 (148). – С. 172-176.

2. Blom L.C. Associations between Health-Related Physical Fitness, Academic Achievement and Selected Academic Behaviors of Elementary and Middle School Students in the State of Mississippi / L.C. Blom, J. Alvarez, L. Zhang // ICHPER-SD Journal of Research. – 2011. – Vol. 6 (1). – P. 13-19.

3. Granacher, U. Effects of Sport-Specific Training during the Early Stages of Long-Term Athlete Development on Physical Fitness, Body Composition, Cognitive, and Academic Performances / U. Granacher, R. Borde // Frontiers in Physiology. – 2017. – Vol. 8. – P. 1-11.

4. Загвоздкин В.К. Учебные программы вальдорфских школ / В.К. Загвоздкин // М.: Народное образование. – 2005. – 528 с.

References

1. Pegov V.A. The need for the introduction of the concept of "body maturity" in the study of the achievements of children in sport / V.A. Pegov, L.P. Gribkova, A.E. Kozlova // Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University. – 2017. – №6 (148). – P. 172-176.

2. Blom L.C. Associations between Health-Related Physical Fitness, Academic Achievement and Selected Academic Behaviors of Elementary and Middle School Students in the State of Mississippi / L.C. Blom, J. Alvarez, L. Zhang // ICHPER-SD Journal of Research. – 2011. – Vol. 6 (1). – P. 13-19.

3. Granacher U. Effects of Sport-Specific Training during the Early Stages of Long-Term Athlete Development on Physical Fitness, Body Composition, Cognitive, and Academic Performances / U. Granacher, R. Borde // Frontiers in Physiology. – 2017. – Vol. 8. – P. 1-11.

4. Zagvozdkin V.K. The curriculay of the Waldorf schools / V.K. Zagvozdkin // M.: National Education. – 2005. – 528 p.

Spisok literatury

1. Pegov V.A. Neobhodimost' vvedeniya ponyatiya «telesnaya zrelost'» v issledovaniya dostizhenij detej v sporte / V.A. Pegov, L.P. Gribkova, A.E. Kozlova // Uchyonye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2017. – №6 (148). – S. 172-176.

2. Blom L.C. Associations between Health-Related Physical Fitness, Academic Achievement and Selected Academic Behaviors of Elementary and

Middle School Students in the State of Mississippi / L.C. Blom, J. Alvarez, L. Zhang // ICHPER-SD Journal of Research. – 2011. – Vol. 6 (1). – P. 13-19.

3. Granacher U. Effects of Sport-Specific Training during the Early Stages of Long-Term Athlete Development on Physical Fitness, Body Composition, Cognitive, and Academic Performances / U. Granacher, R. Borde // Frontiers in Physiology. – 2017. – Vol. 8. – P. 1-11.

4. Zagvozdkin V.K. Uchebnye programmy val'dorfskih shkol / V.K. Zagvozdkin // M.: Narodnoe obrazovanie. – 2005. – 528 s.

Сведения об авторах: Юрий Анатольевич Гордеев – доктор биологических наук, профессор кафедры туризма и спортивного ориентирования Смоленского государственного университета спорта, Смоленск, e-mail: j.a.gordeev@mail.ru; **Владимир Анатольевич Пегов** – кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры педагогики и психологии Смоленского государственного университета спорта, Смоленск; **Анна Владимировна Матвеева** – кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры туризма и спортивного ориентирования Смоленского государственного университета спорта, Смоленск.

Information about the authors: Yurij Anatol'yevich Gordeev – Doctor of Biological Sciences, Professor of the Department of Tourism and Sports Orientation of the Smolensk State University of Sports, Smolensk, e-mail: j.a.gordeev@mail.ru; **Vladimir Anatol'yevich Pegov** – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Pedagogy and Psychology of the Smolensk State University of Sports, Smolensk; **Anna Vladimirovna Matveeva** – Candidate of Pedagogical Sciences, Senior Lecturer of the Department of Tourism and Sports Orientation of the Smolensk State University of Sports, Smolensk.