

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СИСТЕМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА В НАСТОЯЩЕЕ ВРЕМЯ

Абрамова В.В.¹, Федотова Е.С.²

К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ ЧИРЛИДИНГА В ВУЗЕ

Введение. В последние годы в вузах, в том числе в Приднестровском государственном университете имени Т.Г. Шевченко, отмечается негативная тенденция снижения уровня физической подготовленности и повышения показателей заболеваемости студентов в динамике от первого к последующим курсам. [1; 2] Интенсификация образования, усложнение государственных образовательных стандартов, рост интеллектуально-эмоционального напряжения, умственной нагрузки, стремительное развитие новых технологий, компьютеризация средств связи и коммуникации, привлекающая студенческую молодежь к сидению за компьютерами, айфонами и т.д., приводит к ограничению двигательной активности, развивает гиподинамию, ухудшает работоспособность и негативно влияет на здоровье студентов. В этих условиях становится очевидной необходимость оптимизации и увеличения количества двигательной активности, в том числе и за счет дополнительных занятий физическими упражнениями и спортом. Спорт играет важную роль в сохранении и укреплении здоровья людей, их физическом развитии, в формировании творческих и эстетических способностей человека, в воспитании разнообразных психических качеств, выступая как «школа воли», «школа эмоций», «школа характера», школа «fair play», или «честной, справедливой игры», являясь одной из важных специфических сфер самореализации и самоутверждения. Особенно хочется подчеркнуть значение спорта для «качественного» совершенствования человека. Спорт как социокультурный феномен, представляющий собой не только физическую активность, но и предлагающуюся к ней совокупность духовных качеств и интеллектуальных способностей, содействует реализа-

¹ Заведующая кафедрой гимнастики и спортивных единоборств Приднестровского государственного университета имени Т.Г. Шевченко (Республика Молдова, г. Тирасполь), кандидат педагогических наук. E-mail: batut-Tir-08@yandex.ru.

² Старший преподаватель кафедры физической реабилитации и оздоровительных технологий Приднестровского государственного университета имени Т.Г. Шевченко (Республика Молдова, г. Тирасполь). E-mail: batut-Tir-08@yandex.ru.

ции гуманистических идеалов и ценностей, совершенствует человека, человеческие отношения и общество в целом.

Соответственно, развитие студенческого спорта, привлечение студентов к активным занятиям спортом выступает важным направлением деятельности, связанной с решением задач физического и личностного развития студенческой молодежи.

Основное содержание работы. Одним из видов спорта, популярных сегодня среди молодежи, является чирлидинг – красочное и разнообразное искусство, которое как бы концентрирует определенные качества человека, и прежде всего его великолепное мастерство и физическое совершенство. Чирлидинг – это организованная поддержка спортивных команд во время соревнований группой специально подготовленных людей и самостоятельная спортивная дисциплина.

Соревновательные композиции чирлидеров включают упражнения гимнастики и акробатики с построением пирамид, перестроения с танцевальными элементами, речевки-кричалки на заданную тему, контакт со зрителями и болельщиками. В процессе тренировки у спортсменов-чирлидеров формируется богатейший арсенал двигательных навыков, развиваются сила, ритмичность, пластика, гибкость, выносливость и многие другие качества. Чирлидинг пропагандирует не только физическое совершенство, но и принципы лидерства. Речь в данном случае идет о здоровых амбициях и целеустремленности, ответственности и усердии. Умение работать в команде, принимать сложные решения, идти в «ногу со временем» – эти качества в комплексе помогает развивать чирлидинг.

Чирлидинг – командный вид спорта, успешность которого немыслима без благоприятного психологического климата, нормальной психологической атмосферы, дружеских взаимоотношений и взаимопонимания между спортсменами.

Чирлидинг – это спорт для спорта. Веселые, яркие, активные девушки с помпонами из группы поддержки создают спортивную атмосферу на любом мероприятии, способны украсить любой сценарий!

Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко, как и любой другой вуз, является одной из востребованных спортивных площадок, на которых проходят турниры по футболу, баскетболу, волейболу, настольному теннису и др. Выступления чирлидеров на этих мероприятиях, связанные с созданием яркого, неповторимого шоу, поддержанием морального духа спортивных команд и их болельщиков, способствуют более качественному их проведению. С этих позиций потребность в командах чирлидеров будет всегда, и их надо активно создавать, развивая и пропагандируя этот вид спорта, привлекая к занятиям чирлидингом студентов всех специальностей, даже не имеющих опыта занятий каким-либо видом спорта.

Занимаясь чирлидингом, регулярно тренируясь и выступая на различных спортивных и воспитательных мероприятиях, студенты будут развиваться не только физически, у них будут формироваться положительные черты характера (настойчивость, организованность, смелость, ответственность, коммуникабельность и др.).

Участие в составлении показательных композиций, в разработке эскизов костюмов, подборе музыкального сопровождения будет способствовать культурному и эстетическому развитию студентов, реализации их творческих способностей.

Чирлидеры – это лидеры тех, кто болеет на стадионах и в спортивных залах. Выполнение лидерских обязанностей будет способствовать формированию лидерских качеств – инициативы, активности, уверенности, а выполнение кодекса чести чирлидеров поможет в воспитании здорового и порядочного человека, соблюдающего нормы поведения в обществе и ключевые положения здорового образа жизни. Кроме того, освоение знаний и умений в области чирлидинга в какой-то мере может способствовать приобретению качеств и навыков, которые могут пригодиться как в профессиональном, так и в личном плане.

Деятельность по развитию чирлидинга направлена на решение большого круга задач:

- вовлечение студентов в активные занятия физическими упражнениями, повышение их двигательной активности, профилактика негативных стрессовых воздействий от больших умственных и эмоционально-психологических нагрузок вузовского образования;
- привлечение студенческой молодёжи к здоровому образу жизни, организация здорового досуга и профилактика асоциальных явлений;
- обеспечение студентов теоретической базой и практическими навыками в области чирлидинга, совершенствование их исполнительского мастерства;
- развитие способности самостоятельного создания творческих продуктов в виде спортивных показательных композиций;
- поддержка морального духа спортивных команд вуза (города, района и пр.), их болельщиков в такие сложные моменты, как соревнования;
- формирование положительного имиджа и представление вуза на различных общественных мероприятиях;
- формирование у занимающихся чирлидингом студентов эстетического вкуса, способности удивлять, дарить радость и поддержку.

Развитие чирлидинга в вузе предполагает выполнение определенных видов деятельности (табл.).

Таблица

План мероприятий по развитию чирлидинга в вузе

| Содержание деятельности | Результат |
|---|--|
| Рекламная деятельность: подготовка текста объявлений о наборе для занятий чирлидингом, открытие страницы группы в соцсетях; подготовка рекламного ролика о группе поддержки и его размещение на страничке группы; подготовка отчетов о проведенных мероприятиях и их размещение на странице факультета, на страничке группы, на сайте вуза, в СМИ и др. | Информированность целевой аудитории о деятельности группы поддержки; привлечение студентов к занятиям чирлидингом, привлечение заинтересованных в выступлениях команды чирлидеров лиц |
| Набор студентов для занятий чирлидингом | Создание команд чирлидеров |
| Тренировочная деятельность | Физическое и личностное развитие, повышение исполнительского мастерства, отработка показательных композиций, воспитание коллективизма, волевых и нравственных качеств. Организация здорового досуга |
| Составление новых соревновательных (показательных) программ | Развитие эстетических качеств и творческих способностей |
| Подбор музыкального сопровождения, нарезка необходимых по продолжительности с учетом заданных параметров выступлений музыкальных отрезков | Обеспечение музыкального сопровождения, повышение зрелищности и эффективности выступления команды, развитие эстетических качеств и творческих способностей |
| Выступление чирлидеров на соревнованиях, в которых участвуют команды вуза, на культурно-массовых мероприятиях университета, города и др. | Повышение спортивного мастерства, воспитание лидерских качеств, формирование положительных черт характера, популяризация чирлидинга, команды чирлидеров вуза и многое другое в зависимости от статуса и направленности мероприятия |
| Разработка эскизов костюмов, подбор тканей, организация пошива костюмов | Повышение зрелищности и эффективности выступления команды, развитие эстетических качеств и творческих способностей |

Для успешной деятельности по развитию чирлидинга необходимо определенное учебно-методическое и материально-техническое обеспечение, связанное с приобретением спортивной формы и инвентаря, наличием спортивного зала.

Если говорить о рисках, связанных с развитием чирлидинга, то они минимальны и касаются того, что не все желающие участвовать в проекте студенты смогут осуществить свое желание по причине загруженности учебной деятельностью, в том числе во второй половине дня. Меры реаги-

рования на такие риски связаны с развитием системы самостоятельной работы по изучению новых программ с помощью современных средств связи.

Выводы. Таким образом, развитие чирлидинга и поддержка команд чирлидеров в вузе направлено на решение проблем, связанных, с одной стороны, с развитием студенческого спорта, с другой – с необходимостью воспитания здорового, позитивно настроенного, успешного молодого поколения, формирование у студентов ценностей здорового образа жизни, привитие любви к спорту.

Список литературы

1. Димитренко, Е.В. Формирование культуры здоровья у студентов специальных медицинских групп. Проблемы и пути решения / Е.В. Димитренко // Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини : збірник наукових праць. – Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня «Рута», 2015. – Вып. 6. – С. 40-49.

2. Самолук, О.И. Условия повышения уровня физической подготовленности студентов вуза / О.И. Самолук // Физкультурное образование: теория и практика : сборник материалов НИР ППС ФФКиС ПГУ им. Т.Г. Шевченко и педагогов образовательных учреждений ПМР за 2013 год. – Тирасполь, 2014. – 233 с.

*Арпентьева М.Р.*¹

ПРОБЛЕМЫ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Актуальность проблемы. Туризм как одно из направлений образовательной деятельности, рекреации и достижений интегрирует в себе множество аспектов. К сожалению, до сих пор в системе вузовской экологической подготовки туризм не нашел должного места, несмотря на значительные воспитательные, обучающие и иные возможности развития учащихся и обучающихся, которые он предоставляет. Образовательный туризм – форма организации образовательного процесса, вид учебной деятельности, технология обучения и направление в туристском бизнесе.

Основная часть исследования. Проблемы экологического туризма и экологического воспитания многочисленны:

проблема экологической культуры населения в целом и специалистов в частности (экскурсоводов и специалистов туристических фирм, учителей и преподавателей, руководителей кружков и т.д.);

¹ Профессор кафедры психологии развития и образования Калужского государственного университет имени К.Э. Циолковского (Российская Федерация, г. Калуга), доктор психологических наук, доцент, член-корреспондент Российской академии естествознания (РАЕ). E-mail: mariam_rav@mail.ru.