

объема, с длительностью серии упражнений, равной 4 и 6 минутам, а также нагрузки большого объема, с длительностью серии упражнений, равной 4 минутам. Эти тренировочные нагрузки не вызывают негативных сдвигов в состоянии координационных способностей.

Тренировочные нагрузки большого объема, с длительностью серии упражнений, равной 6 и 8 минутам, а также нагрузки среднего объема, с длительностью серии упражнений, равной 8 минутам, не рекомендуется применять в тренировочном процессе для развития специальных скоростных качеств у молодых футболистов.

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. *Абашкина Р.А.* Отношение студентов к физической культуре и спорту как способу формирования здорового образа жизни / Р.А. Абашкина, Т.А. Андреевко // Актуальные проблемы физической культуры, спорта, туризма и рекреации: материалы IV Всероссийской с международным участием научно-практической конференции студентов и аспирантов, г. Томск, 21 апреля 2016 г./ под ред. канд. биол. наук А.В. Кабачковой. – Томск: STT, 2016. – С. 64-66.

2. *Фролова Л.В.* Социокультурные аспекты отношения студенческой молодежи к физической культуре: дис. ... канд. социол. наук: 22.00.06 Саратов, 2006. – 154 с.

### **THE LITERATURE**

1. *Abashkina R.A.* the Attitude of students to physical culture and sport as a way of establishing a healthy way of life / R. abashkina, T. A. Andreenko // Actual problems of physical culture, sport, tourism and recreation: materials of the IV all-Russian with international participation scientific and practical conference of students and postgraduates, Tomsk, 21 APR 2016/ under the editorship of Cand. Biol. Sciences A.V. Squash. – Tomsk: STT, 2016. – P. 64-66.

2. *Frolova L.V.* socio-Cultural aspects of students ' attitude to physical culture: dis. ... kand. sociology. Sciences: 22.00.06 Saratov, 2006. – 154 p.

УДК 796.5

## **ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ ТУРИЗМА НА ЮЖНОМ УРАЛЕ КАК ВИДА СПОРТА**

*Мыльникова Наталья Владимировна*

*Уральский государственный университет физической культуры,  
г. Челябинск, Россия*

*Аннотация.* Статья содержит результаты исторического анализа развития спортивного туризма на Южном Урале. Автор предпринимает попытку выявить основные этапы развития спортивного туризма в Челябинской области и отразить перспективы его дальнейшего организационного становления.

*Ключевые слова:* спортивный туризм, вид спорта, организация, туризм на Южном Урале, туризм в Челябинской области.

*Abstract.* The article contains the results of a historical analysis of the development of sports tourism in the South Urals. The author makes an attempt to identify the main stages of the development of sports tourism in the Chelyabinsk region and reflect the prospects for its further organizational development.

*Index terms:* sports tourism, sport, organization, tourism in the Southern Urals, tourism in the Chelyabinsk region.

**Актуальность исследования.** Южный Урал имеет мощный потенциал в качестве площадки для развития такого вида физкультурно-спортивной деятельности как спортивный туризм. Уникальная природа, разнообразие ландшафтов, социальная заинтересованность – все это создает условия для развития спортивного туризма в качестве одного из базовых видов спорта Челябинской области.

Анализ литературы, посвященной туристскому потенциалу Челябинской области, выявил неполноту знаний в отношении истории развития туризма как вида спорта на данной территории, что определяет выбор темы данной статьи.

**Цель исследования** – выявить основные исторические этапы становления туризма в Челябинской области как вида спорта.

**Задачи исследования:**

- выявить основные исторические даты организационного становления и развития спортивного туризма в Челябинской области;
- разработать периодизацию развития спортивного туризма в Челябинской области;
- выявить перспективы дальнейших исследований организационного развития спортивного туризма в Челябинской области.

Согласно Федеральному закону «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» под видом спорта понимается часть спорта, которая признана в соответствии с требованиями настоящего Федерального закона обособленной сферой общественных отношений, имеющей соответствующие правила, утвержденные в установленном настоящим Федеральным законом порядке, среду занятий, используемый спортивный инвентарь (без учета защитных средств) и оборудование [2].

Под спортом же подразумевается сфера социально-культурной деятельности как совокупность видов спорта, сложившаяся в форме соревнований и специальной практики подготовки человека к ним [2].

Ключевым в данных определениях является соревновательная деятельность и наличие правил, которое подразумевает также наличие координирующего органа, утверждающего данные правила.

Таким образом, говоря об истории становления южно-уральского спортивного туризма как вида спорта, мы должны выявить такие важные исторические вехи, как появление областной спортивной федерации (или органа, выполняющего ее функции) и проведение первых официальных соревнований.

Спортивный туризм является видом спорта и занесен в «Единую всесоюзную спортивную классификацию» в 1949 году.

При этом еще до внесения в ЕВСК в данном виде спорта в СССР были введены звания «Мастер спорта СССР» и «Заслуженный мастер спорта СССР» [3].

Проанализировав данные о спортивном туризме в Челябинской области мы выделили следующие исторические вехи его развития [1; 3]:

- 1920 год первые данные о туристско-краеведческих походах в Челябинской области (Ларинская школа Уйского района);
- 1938 год – по предложению А. Е. Ферсмана вблизи Ильменского государственного заповедника создана первая палаточная турбаза «Ильменская»;
- 1939 год – Областным отделом народного образования создана детская экскурсионная станция;
- 1949 год – Областной отдел профсоюза организовал первое собрание актива туристов;
- 1951 год – утверждена программа развития туризма на Южном Урале, создана областная секция туризма, проведен первый Всеуральский слет туристов и альпинистов (озеро Тургояк);
- 50-60-е годы – шло бурное развитие спортивного туризма в Челябинской области, туристские клубы и секции создавались при коллективах физкультуры предприятий, вузах, сузах, в школах;
- 1960 год – создано Областное туристско-экскурсионное управление ВЦСПС, в 1961 году реорганизованное в Областной совет по туризму;
- 1962 год – создан Областной туристский клуб, реорганизованный в 1981 году в городской туристский клуб «Родонит»;
- 1968 год – создан спелеоклуб «Плутон»;
- 1973 год – создана Областная Федерация спортивного туризма;
- 1989 год – создана Ассоциация спелеологов Урала;
- 1997 год – в Министерстве физической культуры, спорта и туризма Челябинской области создан отдел туризма;
- 2000 год – принят Закон о туризме и программа развития туризма в Челябинской области.

На сегодняшний день по данным Областной федерации туризма Челябинской области Спортивный туризм активно развивается в 25 муниципальных образованиях Челябинской области. Секции и клубы работают в центрах (станциях) детско-юношеского туризма, спортивных школах, при муниципальных федерациях спортивного туризма, предприятиях, образовательных организациях системы образования и спорта. В более чем 100 клубах и секциях спортивным туризмом занимается 6915 человек [1].

Исходя из выявленных основных исторических вех в развитии спортивного туризма можно составить периодизацию развития спортивного туризма на Южном Урале. Она представлена в таблице.

### Периодизация развития спортивного туризма в Челябинской области

Период	Характеристика
До 1920-1949 гг. Доорганизационный период	Туризм как форма отдыха приобретает черты вида спорта. Соревновательная деятельность пока не регистрируется, но предпринимаются попытки организованных испытаний для школьников во время туристских походов
1949-1973 гг. Организационный период	Туризм развивается как соревновательная деятельность. Появляются разряды и звания по виду спорта «спортивный туризм» после его внесения в «Единую Всесоюзную спортивную классификацию»
1973-2000 гг. Период становления	Создается Областная федерация спортивного туризма и значительное количество организаций, развивающих спортивный туризм по двум направлениям – спортивный и школьный
С 2000 г. по настоящее время. Период развития	Принимаются стратегические и нормативные документы по развитию спортивного туризма на Южном Урале. Увеличивается количество организаций

В настоящее время, как следует из данных таблицы 1, спортивный туризм на Южном Урале продолжает находиться на стадии развития, в том числе и организационного. В связи с этим вероятны выявления дополнительных периодов в последующих исследованиях.

В качестве проблемы и перспективы для дальнейших исследований, направленных на организационное развитие спортивного туризма на Южном Урале, можно обозначить такой вектор развития, как организационно-методическое становление системы проверки туристских навыков в рамках возрожденного комплекса ГТО, что может знаменовать начало нового этапа развития спортивного туризма в Челябинской области.

#### **Выводы.**

Проведенное исследование позволило выявить основные исторические этапы развития спортивного туризма в Челябинской области и отразить важнейшие исторические вехи, свидетельствующие об эволюционном развитии данного вида физкультурно-спортивной деятельности.

Исторический анализ выявил четыре основных периода по организационно-управленческому критерию: доорганизационный, организационный, период становления и период развития спортивного туризма.

Дальнейшие исследования могут быть направлены на исследование организационно-методической базы для проведения испытаний туристских навыков в рамках комплекса ГТО, что могло бы знаменовать новый исторический этап развития спортивного туризма в Челябинской области.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Региональная физкультурно-спортивная общественная организация «Федерация спортивного туризма Челябинской области»: официальный сайт [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sporttur74.ru/> (дата обращения 8.02.2018).

2. Российская Федерация. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 года N 329-ФЗ [электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_73038/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/) (дата обращения 2.02.2018).

3. Федерация спортивного туризма: официальный сайт [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tssr.ru/> (дата обращения 2.02.2018).

### ***THE LITERATURE***

1. Regional sports and sports public organization "Federation of sports tourism of Chelyabinsk region": official site [electronic resource]. – Access mode: <http://sporttur74.ru/> (circulation date 8.02.2018).

2. Russian Federation. Federal Law "On Physical Culture and Sport in the Russian Federation" of December 4, 2007 N 329-FZ [electronic resource]. – Access mode: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_73038/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/) (circulation date 2.02.2018).

3. Federation of sports tourism: official site [electronic resource]. – Access mode: <http://www.tssr.ru/> (circulation date 2.02.2018).

УДК 373.037:004(075)

## **ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД К ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*Зимницкая Регина Эдуардовна,*

*кандидат педагогических наук, доцент,*

*Белорусский национальный технический университет, г.Минск*

*Наскалов Виктор Михайлович,*

*кандидат педагогических наук, доцент,*

*Лутковская Ольга Юрьевна*

*Полоцкий государственный университет,*

*г. Новополоцк, Белоруссия*

*Аннотация.* Статья содержит теоретические и методические материалы по проблеме повышения уровня физической подготовленности школьников старшего возраста на внеклассных занятиях по физической культуре “Час здоровья и спорта” с учетом недостаточно развитых физических качеств на основе фитнес-технологий

*Ключевые слова:* школьники, физическая культура, внеклассные занятия, фитнес, физические качества,

*Abstract.* The article contains theoretical and methodological materials on the problem of increasing the level of physical fitness of older students in extracurricular activities in physical culture "Hour of health and sport", taking into account the underdeveloped physical qualities on the basis of fitness technologies

*Index terms:* pupils, physical culture, extracurricular activities, fitness, physical qualities.