

Таблица 3 – Индивидуальное снаряжение участника в полевом выходе

Снаряжение	Минимальный обязательный комплект на участника тура
<i>Одежда</i>	Спортивная форма, желательна шерстяная, 2 футболки х/б, головной убор (панамы плюс шерстяная шапка или теплый платок), солнцезащитные очки, штормовка или болоньевый костюм (можно дождевик), шерстяной свитер, 3 пары носков (2 х/б и 1 пара шерстяная), теплая верхняя одежда для полевых условий (например: старая фуфайка, ватник, теплая куртка), полевая форма (например, армейский камуфляж), обувь (кеды или кроссовки, плюс сланцы или тапочки), летний выходной костюм для городских условий
<i>Полевое снаряжение</i>	Туристический пояс (защищает поясничный отдел от переохлаждения, одновременно может использоваться для сиденья в полевых условиях), шерстяное одеяло (наиболее оптимально – из верблюжьей шерсти), перочинный нож и фонарь из расчета один на бригаду из трех человек (с запасной батарейкой и лампочкой), у каждого широкий кожаный ремень (солдатский, офицерский; защита поясничного отдела в поле), набор иголок с продетыми нитками (в наборе три иголки с черной, белой и зеленой ниткой длиной по 70 см каждая), туалетные принадлежности, средство от солнечных ожогов
<i>Посуда</i>	Тарелка железная, желательна с крышкой (может быть пластмассовая, керамическая), чашка чайная большая (фарфоровая, керамическая и т. д.), ложка
<i>Документы</i>	Паспорт, студенческий билет, медицинский полис

**Заключительный этап практики.** После полевого этапа практики начинается работа по систематизации и обобщению собранного материала. Составляется индивидуальные и бригадный отчет, включающий: тематические доклады, графические и статистические материалы, коллекции, образцы продукции предприятий, фотодокументы и т. д. Далее проводится презентационная конференция, где оценивается работа каждого участника. К отчету готовят и паспорт маршрута с целью его последующего использования другими группами.

1. Сочи: страницы прошлого и настоящего: ил. сб. ст. / Музей истории города-курорта Сочи / сост. В.Г. Антонюк. – Сочи: Деловой Сочи, 2003.

2. Черноморский путеводитель. – 2003. – № 4.

3. Курорт Большой Сочи: справочник. – Сочи: Симон-пресс, 2003.

4. Позднышева, С.И. Хаджох – Гузерипль – Лаго-Наки: путеводитель / С.И. Позднышева. – Майкоп: ОАО Адыгея, 2005.

5. Атлас автомобильных дорог России. – М.: Тривиум, 2002.

6. Топографические карты: Рязанская обл. (1:200 000), Тульская обл. (1:200 000), Липецкая обл. (1:200 000), Воронежская обл. (1:200 000), Ростовская обл. (1:200 000), Краснодарский край и Адыгея (1:200 000), Сочи: Центральный р-н: Дагомыс (1:1500), Красная Поляна (1:50 000 и 1:100 000).

### **АНАЛИЗ МЕТОДИКИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ГЕОГРАФИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО ТУРИЗМА» В ИНСТИТУТЕ ТУРИЗМА БГУФК**

*Бессараб Д.А.*, канд. геогр. наук, доцент,

*Михайлова О.Н.*, канд. техн. наук, доцент,

Институт туризма Белорусского государственного университета физической культуры,  
Республика Беларусь

В Государственной программе развития туризма в Республике Беларусь на 2011–2015 годы особое внимание уделяется совершенствованию системы подготовки кадров в сфере туризма, что позволит повысить качество туристических услуг и будет способствовать увеличению занятости населения, в первую очередь, молодежи [1]. В документе особо отмечается, что внедрение в туристическую деятельность передового отечественного и зарубежного опыта является важнейшим условием инновационного развития системы образования в сфере туризма, гостеприимства, рекреации и экскурсоведения.

В силу вышесказанного, в настоящее время предъявляются повышенные требования к разработке и апробации программно-методических материалов, лежащих в основе методологического построения образовательного процесса по соответствующей специальности (в нашем случае – по специальности «Туризм и гостеприимство»).

Ранее [2] отмечалось, что, в соответствии с учебным планом специальности 1-89 01 01 «Туризм и гостеприимство», учебная дисциплина «География международного туризма» изучается студентами на протяжении двух семестров в течение первого года обучения. В дальнейшем изучение географических дисциплин не предусмотрено, хотя, согласно различным оценкам, глубокое знание пространственного расположения туристических дестинаций и их специализации является базисной профессиональной компетенцией специалиста в сфере туризма. Значит студент, недостаточно усвоивший материал учебной дисциплины «География международного туризма», в дальнейшем лишен возможности в той или иной степени восполнить или компенсировать этот пробел. Естественно, данные обстоятельства диктуют необходимость предъявления повышенных требований к структуре и содержанию учебной программы по названной учебной дисциплине.

Ежегодно, в середине каждого учебного семестра, в университете проводится промежуточный контроль учебной работы студентов. Для оценки степени усвоения знаний по учебной дисциплине «География международного туризма» были проанализированы результаты промежуточного контроля учебной работы студентов 1-го курса Института туризма (по две группы из каждого курса) за первый семестр 2011/2012, 2012/2013, 2013/2014 и 2014/2015 учебных лет (таблица 1).

Таблица 1 – Результаты промежуточного контроля учебной работы студентов 1-го курса Института туризма за первый семестр

Группа	Учебный год	Кол-во студентов	Сумма баллов	Средний балл в группе	Кол-во студентов, прошедших промежуточный контроль	Лучший балл	Худший балл
№ 1	2011/2012	24	1377	57,30	8	97	19
	2012/2013	25	1078	43,20	5	81	13
	2013/2014	23	1254	54,52	9	94	0
	2014/2015	25	1076	46,37	5	87	0
№ 2	2011/2012	23	1603	69,70	16	89	33
	2012/2013	26	1635	62,90	10	97	2
	2013/2014	25	920	36,80	5	84	0
	2014/2015	24	1607	37,71	7	83	0

Как видно из таблицы 1, на протяжении четырех учебных лет наблюдается устойчивое снижение общей успеваемости студентов, что может быть частично объяснено упущением ситуации из-под контроля еще в школе, так как явно обнаруживается отсутствие у многих студентов 1-го курса системных знаний в области географии, а многие элементарные понятия в принципе не сформированы. Так, падение уровня прохождения промежуточного контроля в 2013/2014 учебном году по сравнению с 2011/2012 учебным годом составило от 123 до 683 баллов, или от 8,9 до 42,6 %. Та же картина наблюдается и с абсолютным количеством студентов, прошедших промежуточный контроль с первого раза. Негативная тенденция проявляется и в абсолютных значениях максимального балла.

Если на протяжении трех предыдущих учебных лет его значение превышало 90 или же было близко к нему, то нынешний показатель составляет от 81 до 84 баллов, что означает снижение показателя на величину от 13,4 до 16,5 %, то есть, почти на шестую часть. В 2013/2014 учебном году впервые появились студенты, не ответившие ни на один предложенный вопрос теста (три в группе № 1 и пять в группе № 2), чего ранее не наблюдалось вообще. В следующем учебном году ситуация повторилась. Таким образом, констатируем, что, к сожалению, наблюдается устойчивая тенденция снижения уровня знаний студентов 1-го курса. На этом фоне статистические данные 2014/2015 учебного года несколько стабилизируют ситуацию и фиксируют их на уровне 2012/2013 учебного года, хотя это и не означает стабилизации ситуации, а скорее говорит о стагнационной тенденции (рисунок 1).

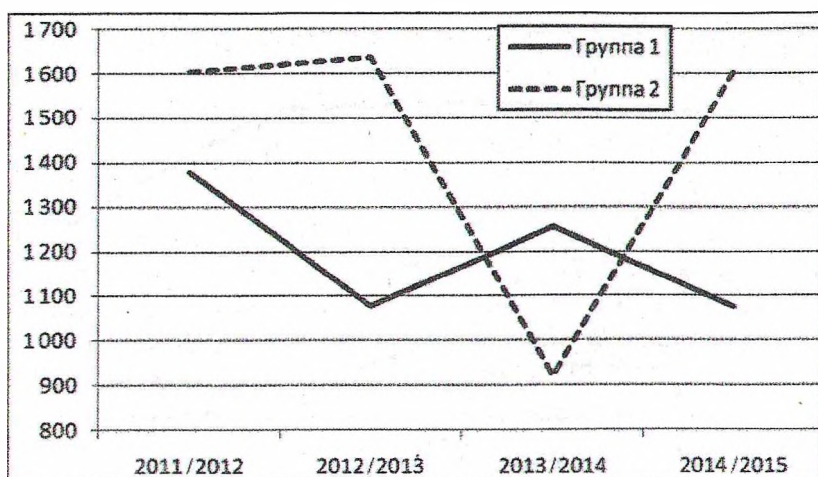


Рисунок 1 – Динамика результатов промежуточного контроля учебной работы студентов 1-го курса Института туризма за первый семестр по учебной дисциплине «География международного туризма»

Далее проанализируем причины. В таблице 2 приведены статистические данные, характеризующие уровень знаний абитуриентов, зачисленных на 1-й курс в Институт туризма.

Таблица 2 – Результаты централизованного тестирования и средний балл аттестата абитуриентов, зачисленных на 1-й курс в Институт туризма

2011 год				
	география	русск. (бел.) язык	математика	аттестат
Бюджет, д/о	72	66	52	90
За оплату, д/о	50	51	28	84
За оплату, з/о	41	40	21	81
2012 год				
	география	русск. (бел.) язык	математика	аттестат
Бюджет, д/о	73	67	56	90
За оплату, д/о	53	49	36	85
За оплату, з/о	43	38	21	79
	менеджмент в туризме	русск. (бел.) язык	экскурсоведение	аттестат
Сокращенное, д/о	78	32	78	65
Сокращенное, з/о	79	43	79	82
2013 год				
	география	русск. (бел.) язык	математика	аттестат
Бюджет, д/о	72	85	72	94
За оплату, д/о	46	46	31	84
За оплату, з/о	32	36	25	78
	менеджмент в туризме	русск. (бел.) язык	экскурсоведение	аттестат
Сокращенное, з/о	76	30	71	71
2014 год				
	география	русск. (бел.) язык	математика	аттестат
Бюджет, д/о	56	74	56	91
За оплату, д/о	35	42	26	82
За оплату, з/о	28	27	20	73
	менеджмент в туризме	русск. (бел.) язык	экскурсоведение	аттестат
Сокращенное, з/о	63	27	61	71

2014 год показал, что уровень освоения всех учебных дисциплин, и, в первую очередь, географии, находится на критических значениях (рисунок 2).

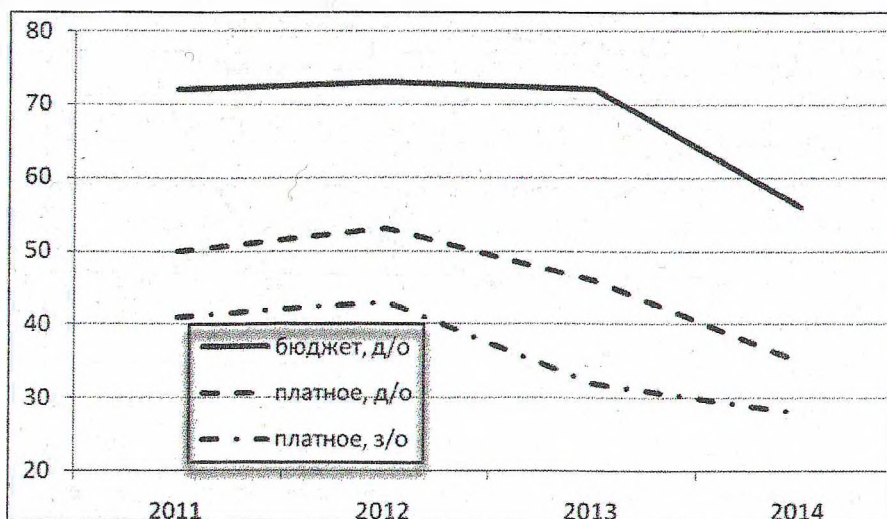


Рисунок 2 – Динамика результатов централизованного тестирования абитуриентов, зачисленных на 1-й курс в Институт туризма по дисциплине «География»

Падение уровня знаний в 2014 году по отношению к 2011 году – около 20 % на бюджет (дневное отделение) и порядка 30 % на обучение за оплату (дневное отделение) и на заочное отделение. Цифры достаточно красноречивы.

Рассмотрим внутреннюю структуру теста, лежащего в основе промежуточного контроля учебной работы студентов по учебной дисциплине «География международного туризма». Так, во все анализируемые годы, студенты достаточно легко справляются с заданиями, предложенными в вопросах, требующих простого автоматического запоминания или воспроизводства. Иная ситуация наблюдается в том случае, когда им предлагается на контурной карте расставить цифры согласно предложенному списку, то есть указать объекты географической номенклатуры на «немой» карте. С одной стороны, это задание носит сугубо технический характер, с другой – требует досконального знания пространственного размещения географических объектов, их принадлежности к материкам и пр., а этого можно достичь при условии постоянной ежедневной работы с картой, регулярного повторения и закрепления знаний. В итоге – спорадичность обращения к названной тематике и невысокая степень творчества, а требование к усидчивости приводят, на наш взгляд, к серьезным затруднениям в работе над этим способом усвоения знаний. Как следствие – низкий средний балл промежуточного контроля – 54,3, что на 22,4 % ниже требуемой нормы.

Однако следует отметить, что 42,5 % обучающихся набрали в этом разделе 70 и более баллов, а три человека выполнили задание на 95 баллов, допустив лишь по одной ошибке. Таким образом, можно прийти к выводу, что при определенной степени прилежания данный вид работы вполне соответствует возможностям студентов 1-го курса. Кроме того, данному вопросу уделяется повышенное внимание в ходе проведения практических занятий, когда студенты регулярно отвечают географическую номенклатуру у физической карты мира. Столь пристальное внимание этому виду знаний уделяется в виду постулата, что твердое знание пространственного местоположения основных рекреационно-географических объектов позволяет более полно сформировать представление об общих закономерностях в размещении мирового туристического хозяйства, причинах и особенностях специализации стран и территорий на тех или иных видах туризма и, как следствие, способствует более высокому уровню подготовки будущего специалиста.

Критической выглядит ситуация с вопросами, требующими применения знаний или их интерпретаций. Здесь зарегистрированы самые низкие средние баллы – 38,2, 29,3, 49,5 и 47,7 соответственно. И именно здесь находятся корни проблемы низкой средней аттестационной отметки. На наш взгляд, недостаточно механически запомнить основные понятия, лежащие в основе рекреационно-туристического районирования мира, принятого UNWTO. Необходимо четко представлять его пространственную организацию и свободно выстраивать логическую связь следующего порядка: центр туризма – страна – туристический макрорайон – туристический субрегион – туристический макрорайон.

В связи с этим, возможно, тенденция, хоть и относительной, но стабилизации полученных результатов, может свидетельствовать об эффективности применяемой методики преподавания учебной дисциплины «География международного туризма».

1. Государственная программа развития туризма в Республике Беларусь на 2011–2015 годы. – Минск: РУМЦ ФВН, 2011.

2. Бессараб, Д.А. Анализ программно-методического обеспечения образовательного процесса подготовки специалистов по специальности «Туризм и гостеприимство» в сокращенные сроки / Д.А. Бессараб // Современные технологии в сфере туризма, гостеприимства, рекреации и экскурсоведения и физической культуры: материалы Междунар. науч.-практ. конф., проводимой в рамках VIII Форума творческой и научной интеллигенции государств – участников СНГ, Минск, 24 сент. 2013 г.: в 2 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: Г.Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2013. – Ч. 1. – С. 136–139.

## ФАКТОРЫ РИСКА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

*Бобр В.М.*, канд. биол. наук, доцент,

Институт туризма Белорусского государственного университета физической культуры,  
Республика Беларусь

Характер жизни человека, его поведение и мышление, которые обеспечивают охрану и укрепление здоровья, принято называть здоровым образом жизни.

Это понятие предполагает полное физическое, духовное, умственное и социальное благополучие; нормальное функционирование организма в системе «человек – окружающая среда»; умение приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающем мире; отсутствие болезней; способность к полноценному выполнению основных социальных функций.

На формирование здоровья влияют различные факторы внешней среды, многие из которых оказывают отрицательное воздействие на человека, вызывая патологические изменения в его организме.

К основным современным факторам риска для здоровья человека отечественные и зарубежные ученые в большей степени относят стресс, утомление и гиподинамию.

Многие виды современной деятельности, в том числе и учебные, характеризуются значительным нервно-психическим напряжением, эмоциональным стрессом. Слово «стресс» давно вошло в нашу речь, но не всегда достаточно четко осознаются возможные результаты его реального влияния на организм человека. Под стрессом понимается «неприятное» состояние эмоционального и физиологического возбуждения, переживаемого в ситуациях, которые воспринимаются как опасные или угрожающие нашему благополучию, а также здоровью вследствие неблагоприятного воздействия внешней среды.

Большинство психологов рассматривают стресс как процесс, включающий в себя как минимум два компонента. Вначале конкретное событие объясняется как несущее опасность. Затем возникает соответствующая психофизиологическая реакция организма.

Канадский ученый Г. Селье, который ввел само понятие «стресс» (напряжение), назвал его общим адаптационным синдромом, т. е. совокупностью реакций организма, и прежде всего эндокринной системы, с целью мобилизации его защитных сил и приспособления к трудным ситуациям. В этих реакциях он выделил три стадии: сигнализации, тревоги, сопротивления.

Реакция организма на стрессовые ситуации обычно выражается в снижении концентрации внимания; во временной потере памяти; затрудненном дыхании; похолодании конечностей; учащенном сердцебиении; крепком сжимании пальцев рук и т. д.

Если стресс силен и действует продолжительное время, в организме могут возникнуть необратимые явления (истощение), приводящие к болезням. Поэтому опасны не стрессы сами по себе. С ними человек сталкивается постоянно. Страшны хронические стрессовые ситуации, влияние которых, аккумулируясь, может вызвать болезнь, а также привести к общему снижению уровня иммунной защиты организма.