

## К ВОПРОСУ О СТРУКТУРЕ ГОТОВНОСТИ БУДУЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА ПО ТУРИЗМУ СРЕДНЕГО ЗВЕНА К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Царева Н.О.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>*Крымский филиал Краснодарского университета МВД России, Симферополь, e-mail: 1992averast@mail.ru*

В статье актуализируется проблема формирования готовности к здоровьесберегающей деятельности у будущих специалистов по туризму среднего звена. Обосновывается необходимость вычленения физического компонента в структуре готовности к здоровьесберегающей деятельности, что обусловлено личностными и социальными потребностями в сохранении и укреплении здоровья, требованиями рынка труда ввиду диверсификации туристских услуг. Описывается сущность физического компонента готовности к здоровьесберегающей деятельности будущих специалистов по туризму среднего звена, вычленяются показатели сформированности данного компонента и описывается методика определения уровня сформированности физического компонента готовности к здоровьесберегающей деятельности у будущих специалистов по туризму среднего звена. Показатели сформированности физического компонента готовности оценивали по индексу физического состояния. Кроме того, приводится пример текущего контроля физического состояния обучающихся с целью отслеживания динамики изменений функционального состояния организма студентов и последующей коррекции, индивидуализации физической нагрузки. В рамках проведенного нами педагогического эксперимента по формированию готовности к здоровьесберегающей деятельности у будущих специалистов по туризму среднего звена было доказано, что описанная методика эффективна для оценки уровня сформированности физического компонента готовности.

Ключевые слова: здоровьесберегающая деятельность, формирование, готовность, физический компонент, специалист по туризму, колледж.

## TO THE QUESTION ABOUT THE STRUCTURE OF FUTURE TOURISM SPECIALIST'S READINESS TO HEALTH PROTECTING ACTIVITY

Tsareva N.O.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>*The Crimean branch of Krasnodar University of the MIA of Russia, Simferopol, e-mail: 1992averast@mail.ru*

The paper discusses the problem of the formation of future tourism specialists' readiness to health protecting activity. It substantiates the relevance of pointing out the physical component in the structure of future tourism specialists' readiness to health protecting activity, which is determined by personal and social needs for maintaining and strengthening health, as well as labor market requirements in regard to the diversification of tourism services. The author describes the nature of the physical component in the structure of future tourism specialists' readiness to health protecting activity, identifies the indicators of the formation of this component, describes the methodology for indicating the level of formation of future tourism specialists' readiness to health protecting activity. Indicators of formation of the physical component of readiness were evaluated by the index of physical condition. Besides it provides an example of students' physical condition monitoring in order to track the dynamics of changes in the functional state of the body for the subsequent correction and individualization of their physical activity. It was proved that the described technique is effective for the level assessing of formation of the physical component of readiness as part of the pedagogical experiment on the formation of future tourism specialists' readiness to health protecting activity.

Keywords: health-protecting activity, formation, readiness, physical component, tourism specialist, college.

Деятельность, направленная на сохранение и укрепление здоровья, является основой государственной и социальной политики в мире и стране. Разработка и реализация программ формирования здорового образа жизни, осуществление мероприятий по сохранению здоровья граждан в процессе их обучения и трудовой деятельности стали важными компонентами в реализации профилактических мероприятий в сфере охраны здоровья. В данном контексте здоровьесберегающее развитие туризма способствует решению задач

социальной политики, а здоровьесберегающая деятельность в туризме выступает важным инструментом их практической реализации. Данная макросоциальная тенденция актуализирует проблему формирования готовности к здоровьесберегающей деятельности у будущих специалистов по туризму среднего звена.

Цель исследования: охарактеризовать физический компонент в структуре готовности к здоровьесберегающей деятельности будущих специалистов по туризму среднего звена.

Анализ доступных исследований в контексте формирования готовности к здоровьесберегающей деятельности (А.Д. Карабашева, М.В. Козуб, А.С. Москалева, О.М. Панюкова и др.) позволил нам сформулировать структуру готовности будущего специалиста по туризму среднего звена к здоровьесберегающей деятельности, включившую следующие взаимосвязанные и взаимообусловленные компоненты:

– когнитивный – представляющий совокупность систематизированных знаний, необходимых для осуществления здоровьесберегающей деятельности;

– технологический – отражающий комплекс умений и навыков по практической реализации здоровьесберегающей деятельности;

– физический – определяющий индивидуальный достижимый уровень здоровья, физического развития выпускника, а также степень подготовленности к требованиям трудовой деятельности и профессиональной работоспособности, позволяющий в должном объеме обеспечивать различные стороны здоровьесберегающей деятельности;

– личностный – объединяющий совокупность личностных качеств, определяющих заинтересованность в реализации различных аспектов здоровьесберегающей деятельности. Готовность к здоровьесберегающей деятельности будущего специалиста по туризму среднего звена определяется сформированностью обозначенных компонентов.

Вычленение первых трех компонентов является традиционным подходом, что обусловлено необходимостью формирования знаний, умений, навыков, ценностных ориентаций и практического опыта по вопросам здоровьесбережения. Вычленение в структуре готовности к здоровьесберегающей деятельности физического компонента обусловлено:

– требованиями профессионального стандарта к уровню здоровья и физической подготовленности специалистов по туризму среднего звена;

– требованиями работодателей к содержанию профессиональной деятельности будущих специалистов по туризму среднего звена, основанными на социальном заказе, особенностях туристского региона;

– тенденциями к снижению уровня здоровья и двигательной активности современной молодежи, с одной стороны, и их стремлением к физическому совершенству – с другой;

– необходимостью создания основы для профессионального долголетия, сохранения квалифицированных кадров.

Кроме того, для нашего исследования принципиально важным стало мнение опрошенных экспертов в лице региональных работодателей в сфере туризма о необходимости хорошей физической формы для специалиста по туризму, о потребности в овладении технологиями сохранения профессионального здоровья и т.п. Так, полностью согласны с необходимостью хорошей физической формы (осанка, подтянутая фигура, выносливость и пр.) для специалиста по туризму 91% участников опроса; однако 4,5% экспертов считают, что физические качества не важны; затруднились в выборе ответа 4,5% опрошенных. Данное мнение подтвердило наше предположение о необходимости введения физического компонента в структуру готовности к здоровьесберегающей деятельности будущих специалистов по туризму среднего звена и позволило актуализировать проблему востребованности в регионе профессионально ориентированного содержания физического воспитания обучающихся по специальности «Туризм».

Физическая готовность является важной личностной характеристикой будущего менеджера регионального туризма [1, с. 24]. Наиболее часто данный термин встречается в научных исследованиях, посвященных решению проблем повышения качества профессиональной подготовки будущих сотрудников правоохранительных органов и Министерства обороны Российской Федерации (С.Н. Зверева, В.В. Коломиец, А.А. Любаков, С.И. Петров, Ю.П. Овсянников, А.М. Сабанин, А.В. Филатов, В.В. Челядинов и др.). В качестве структурного компонента готовности физический компонент ранее вычленялся в контексте профессиональной подготовки будущих сотрудников МЧС России [2], подготовки будущих юристов к обеспечению личной безопасности [3]. В структуре готовности будущих специалистов по туризму среднего звена к здоровьесберегающей деятельности физический компонент ранее не вычленялся.

Физический компонент готовности будущего специалиста по туризму среднего звена к здоровьесберегающей деятельности в нашем исследовании определяет индивидуальный достижимый уровень здоровья, физического развития, а также степень подготовленности к требованиям трудовой деятельности и профессиональной работоспособности, позволяющий в должном объеме обеспечивать различные стороны здоровьесберегающей деятельности.

Для оценки сформированности физического компонента готовности к здоровьесберегающей деятельности мы сформулировали физкультурно-рефлексивный критерий, под которым подразумеваем владение системой практических действий по личному физическому совершенствованию и сопровождению физической активности потребителей туристских услуг.

Основными показателями сформированности физического компонента готовности к здоровьесберегающей деятельности (ЗСД) являются: наличие достаточного уровня здоровья и физической подготовленности для работы в заданных профессиональным стандартом условиях труда (ненормированный рабочий день, деятельность в стандартных предсказуемых и внештатных ситуациях и пр.); способность к осуществлению самостоятельных действий по профилактике профессиональных заболеваний, производственного травматизма, поддержанию работоспособности.

Согласно разработанным критериям нами были выделены три взаимосвязанных и взаимодополняющих уровня сформированности готовности к ЗСД: базовый, репродуктивный, продуктивный. Базовому уровню сформированности физического компонента готовности к ЗСД соответствует уровень физической работоспособности, минимальный для выполнения профессиональных функций в соответствии с требованиями работодателя; отсутствие стремления к регулярным действиям по укреплению индивидуального здоровья; репродуктивному – хороший уровень физической работоспособности, достаточный для выполнения профессиональных функций на основании требований клиента, работодателя и норм безопасности; владение отдельными навыками самостоятельных действий по физическому самосовершенствованию и контролю физического состояния; продуктивному – отличный уровень физической работоспособности, оптимальный для выполнения профессиональных функций на основании требований клиента, работодателя и норм безопасности; владение навыками самостоятельных действий по физическому самосовершенствованию и контролю физического состояния.

Сформированность физического компонента готовности к здоровьесберегающей деятельности у будущих специалистов по туризму среднего звена оценивалась с помощью индекса физического состояния (ИФС), определяемого по формуле:

$$\text{ИФС} = \text{ИС} + \text{ИР},$$

где ИС – индекс самооценки,

ИР – индекс Руфье.

Индекс самооценки определяли с помощью анкеты «Субъективная оценка образа жизни и соматического здоровья», которая включила десять вопросов, каждый из которых оценивался максимально 5 условными баллами. Максимальное количество баллов – 50. Отбор вопросов для анкеты осуществлялся на основании анализа предварительно проведенного опроса студентов – будущих специалистов по туризму и преподавателей Таврического и Экономико-гуманитарного колледжей Гуманитарно-педагогической

академии (г. Ялта) ФГАОУ ВО «КФУ им. В.И. Вернадского», а также экспертов – региональных работодателей в сфере туризма. Сформулированные вопросы отражали отношение личности к своему здоровью, способность осуществлять самостоятельно действия по профилактике профессиональных заболеваний, производственного травматизма, по поддержанию работоспособности.

Индекс Руфье получали в результате проведения пробы Руфье. Данная проба является наиболее информативным, простым и доступным способом определения уровня физической работоспособности, адаптации сердечно-сосудистой системы к физической нагрузке. Физическая работоспособность отражает способность человека выполнять работу определенного характера и вида в заданных режимах внешних условий [4]. Учитывая вышесказанное, мы считаем необходимым использовать данный показатель при определении уровня сформированности физического компонента готовности к здоровьесберегающей деятельности у будущих специалистов по туризму ввиду особенностей их профессиональной деятельности (ненормированный рабочий день, деятельность в стандартных предсказуемых и внештатных ситуациях, диверсификация форм активного туризма и пр.). Оценку показателей пробы мы осуществляли по шкале, разработанной в Национальном медицинском исследовательском Центре Здоровья Детей [5], параметры указаны в таблице 1.

Таблица 1

Шкала оценки показателя пробы Руфье для обучающихся разных возрастных групп

Степень физического развития	Условный балл	От 15 лет и старше	13–14 лет
Низкая	10	15	16,5
Удовлетворительная	20	11–15	12,5–16,5
Средняя	30	6–10	7,5–11,5
Выше среднего	40	0,5–5	2–6,5
Высокая	50	0	1,5

В таблице мы дополнительно отразили распределение условных баллов в соответствии со степенью физического развития. Максимальное количество баллов по ИР – 50 баллов.



Сумма баллов по показателям																			
-----------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

В начале каждого семестра проводились оценка и анализ полученных результатов самоконтроля. На основании полученных результатов осуществлялась коррекция объема, интенсивности физических нагрузок, предпринимались дополнительные меры по улучшению физического состояния обучающихся (разработка индивидуальных комплексов упражнений, программ по организации питания и двигательной активности, индивидуализация форм самостоятельных занятий физическими упражнениями и пр.).

Эффективность описанной методики для определения уровня сформированности показателей физического компонента готовности к здоровьесберегающей деятельности у будущих специалистов по туризму среднего звена была доказана в рамках проведения нами педагогического эксперимента по формированию готовности к здоровьесберегающей деятельности у будущих специалистов по туризму в колледже.

**Заключение.** Таким образом, актуальность вычленения физического компонента в структуре готовности будущего специалиста по туризму среднего звена к здоровьесберегающей деятельности главным образом обусловлена современными требованиями личности, общества, рынка труда. Оценка уровня сформированности физического компонента готовности осуществлялась с помощью индекса физического состояния. Разработанная методика текущей оценки физического состояния организма будущих специалистов по туризму среднего звена дает возможность в динамике отследить изменения в организме, происходящие под влиянием физических упражнений, своевременно отреагировать на возможные негативные тенденции в состоянии здоровья, привить интерес к здоровьесбережению. Разработанное пособие «Дневник личных достижений» может быть использовано в процессе обучения будущих специалистов по туризму среднего звена, а также студентов колледжа иных специальностей.

### Список литературы

1. Гулиев Н.А. Формирование социально-профессиональной компетентности будущего менеджера регионального туризма: методология, теория, практика: автореф. дис. ... докт. пед. наук: 13.00.01 / Гулиев Новруз Амирхан-оглы [Место защиты: Оренбург. гос. пед. ун-т]. Оренбург, 2007. 45 с.
2. Болотин А. Э., Аганов С. С., Довженко М. С. Структура готовности выпускника вуза ГПС МЧС России к профессиональной деятельности // Вестник Санкт-Петербургского

университета Государственной противопожарной службы МЧС России. 2015. №1. С. 159-163.

3. Махов С.Ю. Формирование стратегии личной безопасности студентов юридических специальностей неспециализированных вузов: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Махов Станислав Юрьевич; [Место защиты: Орлов. гос. ун-т]. Орел, 2009. 22 с.

4. Солопов И. Н., Шамардин А. И. Функциональная подготовка спортсменов: монография. Волгоград: ВГАФК, 2003. 263 с.

5. Экспрессдиагностика (Тест Руфье). Федеральное государственное автономное учреждение Министерства здравоохранения Российской Федерации «Национальный медицинский исследовательский Центр Здоровья Детей». URL: <http://nczd.ru/jekspressdiagnostika-test-rufe/> (Дата обращения: 18.10.2019).

6. Царева Н.О. Дневник личных достижений: учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура». Симферополь: КФУ, 2017. 49 с.