

УДК 796

DOI: 10.34670/AR.2025.21.91.028

Основы спортивного туризма как важный элемент военно-прикладной физической подготовки студенческой молодежи

Зиамбетов Вадим Юсупович

Кандидат педагогических наук,
доцент кафедры физического воспитания,
Оренбургский государственный университет,
460018, Российская Федерация, Оренбург, просп. Победы, 13;
e-mail: post@mail.osu.ru

Горшенина Ирина Витальевна

Старший преподаватель кафедры физического воспитания,
Оренбургский государственный университет,
460018, Российская Федерация, Оренбург, просп. Победы, 13;
e-mail: info@publishing-vak.ru

Аннотация

В статье авторы предлагают решение актуальной проблемы низкой военно-прикладной физической готовности студенческой молодежи к военной службе в процессе занятий студентов спортивным туризмом. Авторы считают, что эффективному повышению уровня военно-физической готовности будет способствовать интеграция военно-прикладных физических упражнений в процесс подготовки студентов-туристов. Экспериментальная работа показывает, что сформированность военно-прикладных умений и навыков и уровень развития специфических физических качеств в заданных условиях демонстрирует более высокие результаты. Повышается степень готовности студентов-юношей допризывного возраста к военной службе в целом. Авторы дают рекомендации по применению положительного опыта данной исследовательской работы в практике подготовки студентов в рамках спортивного туризма.

Для цитирования в научных исследованиях

Зиамбетов В.Ю., Горшенина И.В. Основы спортивного туризма как важный элемент военно-прикладной физической подготовки студенческой молодежи // Педагогический журнал. 2025. Т. 15. № 7А. С. 206-212. DOI: 10.34670/AR.2025.21.91.028

Ключевые слова

Спортивный туризм, военно-прикладная физическая подготовка, студенты, физические упражнения, военно-полевая подготовка, готовность к военной службе, маршрут, ориентирование.

Введение

Специалисты, осуществляющие свою деятельность в сфере физической культуры и спорта находятся в поиске путей повышения эффективности военно-прикладной физической готовности студентов в рамках подготовки молодежи к военной службе. Опыт проведения специальной военной операции показывает, что военнослужащим на современном этапе необходимо проходить большие расстояния в пешем порядке с нагрузкой (военная защитная экипировка, оружие, боеприпасы, провиант), а также длительное время проводить в полевых условиях, решая боевые задачи по предназначению. В связи с этим возникает актуальная необходимость в физической готовности военнослужащих успешно осуществляющих военную деятельность в данных специфических условиях. Наилучшим вариантом в современных условиях будет тот, когда основы данной готовности будут заложены еще до решения учебно-боевых задач в войска, когда юноша достигнет определенного уровня военно-физической в период допризывной подготовки к военной службе. К сожалению, по мнению офицеров из войск, уровень походно-полевой физической подготовки молодых солдат крайне низок, выпускники вузов в качестве солдат демонстрируют неудовлетворительные показатели в условиях жизни вне благоустроенных казарм. Авторы считают, что данную проблему может исправить применение основ спортивного туризма в рамках военно-прикладной физической подготовки студентов-юношей допризывного возраста.

Спортивный туризм является объектом изучения многих ученых. Они пишут в своих исследовательских работах о значении и перспективах развития спортивного туризма в студенческой среде [Баранов Е.И., 2018; Рузибаева М.Э., 2021; Поляков А.П., 2020; Абишева Г.О., 2019; Захарова А.Д., 2023]. В своих работах описывают особенности формирования мотивации студентов к занятиям спортивным туризмом [Исаева Г.З.к., 2021; Григорьева Ия.В., 2020]. Раскрывают особенности эффективной работы по военно-патриотического воспитанию студенческой молодежи в туристических условиях [Гуров В.А., 2024; Калякин А.С., 2020; Шагримаян Т., 2022]. Значимость спортивного туризма непосредственно для военного дела хорошо раскрывает в своих многочисленных исследованиях Ширяев В.Н. [Ширяев В.Н., 2017, 2020, 2021]. Подробно описывают опыт использования туризма для подготовки молодежи к военной службе и об основах армейского туризма в прошлом, а также о рекомендациях по использованию и применению военной экипировки в условиях туризма [Бабаян А.Л., 2009; Сидоров М.Е., 2019]. Дают обоснование применению компетентностного подхода при построении учебного процесса со студентами вуза в условиях элективной дисциплины, раскрывают проблемы и перспективы развития студенческого спортивного туризма, описывают опыт контроля физической и психологической готовности студентов к данному виду туризма, а также особенности самоконтроля в туристических походах [Голубева В.А., 2019; Чингина Е.Н., 2020; Шакиров В.Р., 2020; Воронов Ю.С., 2022; Губа Д.В., 2019]. Но, несмотря на большое внимание ученых к данной сфере физкультурно-спортивной деятельности авторы не нашли конкретного ответа на вопрос о том, как условия, особенности и средства спортивного туризма способствуют военно-прикладной физической подготовке в современных условиях.

Авторы статьи предполагают, что применение спортивного туризма как элемента военно-прикладной физической подготовки студентов в вузе будет способствовать их общей готовности в военной службе. В связи с этим мы поставили цель – интегрировать спортивный туризм в процесс военно-прикладной физической подготовки студентов вуза. Сформулировали задачи исследования: формировать двигательные умения и навыки из спортивного туризма с военно-физическим уклоном в процессе физического воспитания студентов; определить и

применить военно-прикладные физические упражнения, связанные с туризмом; дать рекомендации по использованию военно-туристической подготовки в рамках общей военно-прикладной физической подготовки студентов к военной службе.

Материалы и методы исследования

После изучения научной литературы, проведен эксперимент, также применялось наблюдение, метод анализа и обработки полученных статистических данных.

В исследовании приняли участие студенты допризывного возраста, примерно равные по уровню физической и туристической подготовки, которые разделены на контрольную и экспериментальную группы по 12 человек.

В контрольной группе (КГ) туристическая подготовка студентов проводилась в обычном, плановом режиме. В экспериментальной группе (ЭГ) занятия проводились также, как и в КГ, но с применением военно-прикладных туристических упражнений. Первоначальные и конечные показатели групп по контрольным маршрутам оценивались в начале (май) и в конце (сентябрь) эксперимента. Оценивалась скорость прохождения контрольных маршрутов, а также создана 100-балльная система оценки качества выполнения туристических двигательных действий, связанных с военно-прикладной физической готовностью студентов.

Ход исследования

Авторы подробно не останавливаются на методике подготовки групп, потому что она широко описана в литературе и Интернет-ресурсах. При подготовке ЭГ применялись следующие военно-прикладные упражнения с различной экипировкой: различные виды передвижений с элементами военной экипировки и оружием (макеты или страйкбольные автоматы), продвижение в средствах химической защиты, продвижение с остановкой для выполнения стрельб и метания гранаты, отрывка окопа для стрельбы лежа (с колена), преодоление импровизированной полосы препятствий, элементы военно-спортивной игры страйкбол, преодоление несложной водной преграды.

Были разработаны два контрольных маршрута:

1. Маршрут № 1. Дневной переход; дистанция 18,5 км; местность непересеченная; способ передвижения группы произвольный, количество привалов для отдыха также произвольное. Задача прибыть к месту за минимальный отрезок времени с установкой туристического лагеря. Фиксация контрольного времени по возгоранию костра установленного вида. Экипировка: рюкзак, макет автомата АК-74, шлем (СШ-68), противогаз, лопатка саперная на ремне, 3 палатки на группу, общевойсковой защитный комплект (ОЗК).

2. Маршрут № 2. Дневной переход; дистанция 11,4 км; местность слабопересеченная; передвижение – ускоренное по схеме маршрута с поочередным ориентированием по магнитному азимуту (компасу) и выполнением военно-прикладных заданий на контрольных точках. Фиксация контрольного времени по пересечению финишной линии последним участником группы. Содержание экипировки тоже.

Заданиям на контрольных точках:

- 1) стрельба из пневматической винтовки – 10 выстрелов;
- 2) одевание ОЗК и противогаза;
- 3) отрывка окопа для стрельбы лежа;
- 4) преодоление импровизированной полосы препятствий;
- 5) преодоление водной преграды;

- 6) метание гранаты;
- 7) переноска ящиков с боеприпасами;
- 8) переноска двух» раненных» на носилках;
- 9) переползание лежа;
- 10) метание штык-ножа.

Результаты исследования

Результаты исследования уровня военно-прикладной физической подготовки групп студентов в условиях спортивного туризма представлены в таблице.

Таблица 1 – Показатели военно-прикладной туристической подготовленности студентов

Вид контроля		КГ		ЭГ		Р
		начало	окончание	начало	окончание	
Маршрут № 1, (час, мин)		3:54±0,05	3:39±0,06	4:02±0,04	3:28±0,03	<0,06
Маршрут № 2	(час, мин)	2:44±0,05	2:23±0,01	2:54±0,05	2:05±0,03	<0,05
	(балл)	21,8±0,2	28,6±0,1	20,1±0,2	79,2±0,1	<0,2

Табличные данные демонстрируют то, что показатели на маршруте № 1 в ЭГ повысились на 34 мин, в КГ – на 15 мин. На маршруте № 2 в ЭГ результаты повысились на 49 мин, по качеству выполнения повышение составило 59,1 балла, а в КГ – на 19 мин и по качеству только – на 6,8 балла. Из представленных видно, что положительных изменений за время эксперимента у студентов ЭГ было больше, особенной по качественному показателю.

Данный положительный опыт может быть использован другими специалистами, реализующими свою деятельность в области военно-прикладной физической подготовки юношей допризывного возраста. Авторы рекомендуют уделять большое внимание планированию и тщательной подготовке маршрутов, а также обеспечению безопасности. Данная работа хорошо сочетается со средствами военно-патриотического воспитания студенческой молодежи.

Заключение

Таким образом, мы можем констатировать то, что применение военно-прикладных физических упражнений в тренировочном процессе по спортивному туризму со студентами способствует повышению военно-физической готовности юношей. Спортивный туризм способствует закреплению военно-прикладных двигательных умений и навыков, совершенствуя их в полевых условиях, приближенным к военно-полевым. Интеграция военно-прикладной физической подготовки в занятия по спортивному туризму заметно обогащает содержательную основу туризма, хорошо вписывается в систему подготовки выпускников вузов к военной службе, способствует физическому и военно-патриотическому воспитанию студентов-юношей.

Библиография

1. Абишева Г.О., Кудайбергенов С.Р. Спортивный туризм как средство сохранения и укрепления здоровья студентов // Вестник Омского регионального института. 2019. № 3. С. 24-26.
2. Бабаян А.Л. Военно-спортивный туризм как неотъемлемая часть молодежной политики в деле привлечения

- молодого поколения в армию // Система ценностей современного общества. 2009. № 5-2. С. 88-93.
3. Баранов Е.И. Физическое и нравственное воспитание студентов и молодежи средствами спортивного туризма // Вестник РМАТ. 2018. № 4. С. 80-85.
 4. Воронов Ю.С., Губа Д.В. Формирование готовности студентов вузов к профессиональной рефлексии на основе применения средств туризма и спортивного ориентирования // Спортивно-педагогическое образование. 2022. № 1. С. 45-53.
 5. Голубева В.А. Основные аспекты контроля и самоконтроля студентов во время занятий спортивным туризмом // Актуальные научные исследования в современном мире. 2019. № 2-4 (46). С. 24-29.
 6. Григорьева Ия.В., Волкова Е.Г., Фомина У.Г. Исследование мотивации студентов к занятиям спортивно-оздоровительным туризмом // Вестник Воронежского института высоких технологий. 2020. № 3 (34). С. 77-79.
 7. Губа Д.В., Воронов Ю.С. Реализация компетентного подхода при построении учебного процесса студентов вузов на основе спортивно-оздоровительного туризма // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2019. № 2. С. 7-9.
 8. Гуров В.А. Актуальные проблемы военно-исторического туризма в СССР и России. Военный туризм и его виды // Актуальные проблемы гуманитарных и социально-экономических наук. 2024. № 1 (101). С. 43-50.
 9. Захарова А.Д., Ибрагимов И.Ф. Значимость и актуальность спортивного туризма для студентов высших учебных заведений // Тенденции развития науки и образования. 2023. № 94-1. С. 52-55.
 10. Исаева Г.З.к. Спортивно-оздоровительный туризм: мотивы занятий студентами // Актуальные проблемы педагогики и психологии. 2021. Т. 2. № 11. С. 9-15.
 11. Калякин А.С. Военный туризм в России // Научный аспект. 2020. Т. 3. № 2. С. 322-327.
 12. Поляков А.П. Спортивно-оздоровительный туризм как средство профилактики заболеваний и употребления психоактивных веществ (ПАВ) у студентов начальных курсов // Физическая культура студентов. 2020. № 69-2. С. 31-34.
 13. Рузубаева М.Э. Туризм как метод в сфере физического воспитания студентов // Проблемы науки. 2021. № 9 (68). С. 78-81.
 14. Сидоров М.Е. Основание армейского туризма // Казачество. 2019. № 37 (1). С. 20-28.
 15. Чингина Е.Н. Уровень физической подготовленности к походным условиям студентов ПетрГУ III курсов, осваивающих элективную дисциплину «Спортивно-оздоровительный туризм» // Вопросы педагогики. 2020. № 5-1. С. 420-424.
 16. Чингина Е.Н. Готовность студентов I курса к элективной дисциплине «Спортивно-оздоровительный туризм» // Вопросы педагогики. 2020. № 7-1. С. 175-179.
 17. Шакиров В.Р. Проблемы и перспективы использования средств спортивного туризма в подготовке студентов вуза физической культуры // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. 2020. № 3 (27). С. 29-34.
 18. Шагримаян Т. Многовекторное развитие военного туризма // Амберд бюллетень. 2022. № 5 (18). С. 39-48.
 19. Ширяев В.Н. Местность как основа боевого применения спортивного туризма в военной практике. Военно-географический аспект в обучении войск // Наука и военная безопасность. 2020. № 2 (21). С. 162-169.
 20. Ширяев В.Н. Боевое применение спортивного туризма в практике специальных войск как открытие нового закона вооруженной борьбы – предмета военной науки // Актуальные проблемы экономики, социологии и права. 2017. № 1. С. 100-104.
 21. Ширяев В.Н. Развитие теории боевого применения методологии спортивного туризма как общей платформы повышения боеспособности силовых структур на труднодоступных направлениях // Наука и военная безопасность. 2021. № 3 (26). С. 138-145.

Fundamentals of Sports Tourism as an Important Element of Military-Applied Physical Training for Student Youth

Vadim Yu. Ziambetov

PhD in Pedagogical Sciences,
Associate Professor of Physical Education Department,
Orenburg State University,
460018, 13, Pobedy ave., Orenburg, Russian Federation;
e-mail: post@mail.osu.ru

Ziambetov V.Yu., Gorshenina I.V.

Irina V. Gorshenina

Senior Lecturer of Physical Education Department,
Orenburg State University,
460018, 13, Pobedy ave., Orenburg, Russian Federation;
e-mail: info@publishing-vak.ru

Abstract

The authors propose a solution to the current problem of low military-applied physical readiness of student youth for military service through sports tourism activities. The authors believe that the integration of military-applied physical exercises into the training process of student tourists will effectively enhance the level of military-physical readiness. Experimental work shows that the formation of military-applied skills and the level of development of specific physical qualities in given conditions demonstrate higher results. The degree of readiness of pre-prescription male students for military service in general increases. The authors provide recommendations for applying the positive experience of this research work in student training practice within the framework of sports tourism.

For citation

Ziambetov V.Yu., Gorshenina I.V. (2025) Osnovy sportivnogo turizma kak vazhnyy element voenno-prikladnoy fizicheskoy podgotovki studencheskoy molodezhi [Fundamentals of Sports Tourism as an Important Element of Military-Applied Physical Training for Student Youth]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 15 (7A), pp. 206-212. DOI: 10.34670/AR.2025.21.91.028

Keywords

Sports tourism, military-applied physical training, students, physical exercises, military-field training, readiness for military service, route, orientation.

References

1. Abisheva G.O., Kudaibergenov S.R. (2019) Sportivnyy turizm kak sredstvo sokhraneniya i ukrepleniya zdorov'ya studentov [Sports tourism as a means of maintaining and strengthening students' health]. *Vestnik Omskogo regionalnogo instituta* [Bulletin of the Omsk Regional Institute], 3, pp. 24-26.
2. Babayan A.L. (2009) Voennno-sportivnyy turizm kak neotemlemaya chast molodezhnoy politiki v dele privlecheniya molodogo pokoleniya v armiyu [Military-sports tourism as an integral part of youth policy in attracting the younger generation to the army]. *Sistema tsennostey sovremennogo obshchestva* [The system of values of modern society], 5-2, pp. 88-93.
3. Baranov E.I. (2018) Fizicheskoe i nravstvennoe vospitanie studentov i molodezhi sredstvami sportivnogo turizma [Physical and moral education of students and youth by means of sports tourism]. *Vestnik RMAU* [Bulletin of the Russian Athletics University], 4, pp. 80-85.
4. Voronov Yu.S., Guba D.V. (2022) Formirovaniye gotovnosti studentov vuzov k professionalnoy refleksii na osnove primeneniya sredstv turizma i sportivnogo orientirovaniya [Formation of university students' readiness for professional reflection based on the use of tourism and orienteering]. *Sportivno-pedagogicheskoe obrazovanie* [Sports and pedagogical education], 1, pp. 45-53.
5. Golubeva V.A. (2019) Osnovnye aspekty kontrolya i samokontrolya studentov vo vremya zanyatiy sportivnym turizmom [The main aspects of control and self-control of students during sports tourism]. *Aktualnye nauchnye issledovaniya v sovremennom mire* [Current scientific research in the modern world], 2-4 (46), pp. 24-29.
6. Grigorieva Iya.V., Volkova E.G., Fomina U.G. (2020) Issledovanie motivatsii studentov k zanyatiyam sportivno-ozdorovitelnyim turizmom [Study of students' motivation to engage in sports and health tourism]. *Vestnik*

- Voronezhskogo instituta vysokikh tekhnologiy [Bulletin of the Voronezh Institute of High Technologies], 3 (34), pp. 77-79.
7. Guba D.V., Voronov Yu.S. (2019) Realizatsiya kompetentnostnogo podkhoda pri postroenii uchebnogo protsessa studentov vuzov na osnove sportivno-ozdorovitel'nogo turizma [Implementation of a competence-based approach in building the educational process of university students based on sports and health tourism]. Fizicheskaya kultura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka [Physical education: upbringing, education, training], 2, pp. 7-9.
 8. Gurov V.A. (2024) Aktualnye problemy voenno-istoricheskogo turizma v SSSR i Rossii. Voennyy turizm i ego vidy [Actual problems of military-historical tourism in the USSR and Russia. Military tourism and its types]. Aktualnye problemy gumanitarnykh i sotsialno-ekonomicheskikh nauk [Actual problems of humanitarian and socio-economic sciences], 1 (101), pp. 43-50.
 9. Zakharova A.D., Ibragimov I.F. (2023) Znachimost i aktualnost sportivnogo turizma dlya studentov vysshikh uchebnykh zavedeniy [Significance and relevance of sports tourism for students of higher educational institutions]. Tendentsii razvitiya nauki i obrazovaniya [Trends in the development of science and education], 94-1, pp. 52-55.
 10. Isaeva G.Z.k. (2021) Sportivno-ozdorovitel'nyy turizm: motivy zanyatiy studentami [Sports and health tourism: motives for students' activities]. Aktualnye problemy pedagogiki i psikhologii [Actual problems of pedagogy and psychology], 2, 11, pp. 9-15.
 11. Kalyakin A.S. (2020) Voennyy turizm v Rossii [Military tourism in Russia]. Nauchnyy aspekt [Scientific aspect], 3, 2, pp. 322-327.
 12. Polyakov A.P. (2020) Sportivno-ozdorovitel'nyy turizm kak sredstvo profilaktiki zabolevaniy i upotrebleniya psikhoaktivnykh veshchestv (PAV) u studentov nachalnykh kursov [Sports and health tourism as a means of preventing diseases and the use of psychoactive substances (PAS) in primary school students]. Fizicheskaya kultura studentov [Physical education of students], 69-2, pp. 31-34.
 13. Ruzibaeva M.E. (2021) Turizm kak metod v sfere fizicheskogo vospitaniya studentov [Tourism as a method in the field of physical education of students]. Problemy nauki [Problems of science], 9 (68), pp. 78-81.
 14. Sidorov M.E. (2019) Osnovanie armeyskogo turizma [Foundation of army tourism]. Kazachestvo [Cossacks], 37 (1), pp. 20-28.
 15. Chingina E.N. (2020) Uroven fizicheskoy podgotovlennosti k pokhodnym usloviyam studentov PetrGU III kursov, osvayayushchikh elektivnuyu distsiplinu «Sportivno-ozdorovitel'nyy turizm» [The level of physical fitness for field conditions of third-year students of PetrSU, mastering the elective discipline "Sports and health tourism"]. Voprosy pedagogiki [Questions of pedagogy], 5-1, pp. 420-424.
 16. Chingina E.N. (2020) Gotovnost studentov I kursa k elektivnoy distsipline «Sportivno-ozdorovitel'nyy turizm» [Readiness of first-year students for the elective discipline "Sports and health tourism"]. Voprosy pedagogiki [Questions of pedagogy], 7-1, pp. 175-179.
 17. Shakirov V.R. (2020) Problemy i perspektivy ispolzovaniya sredstv sportivnogo turizma v podgotovke studentov vuzov fizicheskoy kultury [Problems and prospects of using sports tourism tools in training students of a physical education university]. Nauchno-sportivnyy vestnik Urala i Sibiri [Scientific and sports bulletin of the Urals and Siberia], 3 (27), pp. 29-34.
 18. Shagrimanyan T. (2022) Mnogovektornoe razvitie voennogo turizma [Multi-vector development of military tourism]. Amberd byulleten [Amberd Bulletin], 5 (18), pp. 39-48.
 19. Shiryaev V.N. (2020) Mestnost kak osnova boevogo primeneniya sportivnogo turizma v voennoy praktike. Voенно-geograficheskiy aspekt v obuchenii voysk [Terrain as a basis for the combat use of sports tourism in military practice. Military-geographical aspect in troop training]. Nauka i voennaya bezopasnost [Science and Military Security], 2 (21), pp. 162-169.
 20. Shiryaev V.N. (2017) Boevoe primeneniye sportivnogo turizma v praktike spetsialnykh voysk kak otkrytie novogo zakona vooruzhennoy borby – predmeta voennoy nauki [Combat use of sports tourism in the practice of special forces as the discovery of a new law of armed struggle - the subject of military science]. Aktualnye problemy ekonomiki, sotsiologii i prava [Actual problems of economics, sociology and law], 1, pp. 100-104.
 21. Shiryaev V.N. (2021) Razvitie teorii boevogo primeneniya metodologii sportivnogo turizma kak obshchey platformy povysheniya boesposobnosti silovykh struktur na trudnodostupnykh napravleniyakh [Development of the theory of combat use of the methodology of sports tourism as a common platform for increasing the combat effectiveness of law enforcement agencies in hard-to-reach areas]. Nauka i voennaya bezopasnost [Science and Military Security], 3 (26), pp. 138-145.