

3. The WHOQOL Group. What Quality of Life? // The World Health Forum. – 1996. – Vol. 17, № 4. – P. 354–356.
 4. EURGHIS: Разработка общего инструментария для опросов о состоянии здоровья. – М., 2005.
 5. Новик А. А., Ионов Т. И. Руководство по исследованию качества жизни в медицине. – М., 2007.

И. Д. Смолякова*

Спортивный туризм в вузе

В статье излагается опыт туристского клуба Одесского национального политехнического университета «Романтик» по гармоническому развитию личности студентов средствами самостоятельного спортивного туризма.

Ключевые слова: туризм; студенты; самостоятельность; ценности туризма.

Важное значение в студенческой среде на современном этапе физического воспитания молодежи приобретает развитие самостоятельного физкультурно-спортивного движения.

Спортивный туризм – один из наиболее популярных в мире видов активного отдыха, физического, духовного и нравственного совершенствования [1; 2]. Туризм способствует развитию всех необходимых для жизни физических и морально-волевых качеств, воспитывает чувство коллективизма, коммуникативных способностей, любви к природе.

Самостоятельный туризм содействует укреплению здоровья, повышению работоспособности, физической подготовленности, закалке организма.

Он является важным компонентом формирования здоровья и гармонически развитой личности в условиях учебы в вузе. Об этом свидетельствует многолетний опыт туристского клуба «Романтик» Одесского национального политехнического университета (ОНПУ).

При клубе функционируют секции пешего, велосипедного, водного, горного туризма.

- Ежегодно организуются:
- работа постоянно действующей «Школы туризма»;
 - участие в первенстве Украины по походному туризму;
 - первопроектирования технически сложных препятствий в походах высших категорий сложности;
 - круглогодичные тренировки по различным видам туризма;
 - участие в различных туристских марафонах, проводимых в Украине;

* *Ирина Дмитриевна Смолякова* – канд. пед. наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания и спорта, Одесский национальный политехнический университет (Украина, г. Одесса).