

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ В ЛЕТНЕМ ЛАГЕРЕ**

### **Агаркова Анна Вячеславовна**

студент, кафедра Социологии и Организации работы с молодежью, Белгородский государственный национальный исследовательский университет, РФ, г. Белгород

### **Гончарук Светлана Викторовна**

научный руководитель, канд. социол. наук, проф., кафедра физического воспитания Белгородского государственного национального исследовательского университета, РФ, г. Белгород

**Аннотация.** В данной статье рассматривается роль детских оздоровительных лагерей в пропаганде здорового образа жизни и приобщении школьников к занятиям физической культурой и спортом. Эффективность оздоровительных программ, реализуемых на территории г. Белгорода и Белгородской области.

**Ключевые слова:** физическая культура; спорт; оздоровительный лагерь; спортивный лагерь; Белгородская область.

Детство – один из главных этапов в жизни человека. Именно в этот период происходит становление будущей личности. В наш век информационных технологий мы все чаще забываем о физическом здоровье подрастающего поколения. Спорт ушел на второй план, уступив место лидера интеллектуальному развитию. Большую часть времени дети проводят сидя за компьютерами, променяв реальную жизнь, на красочный виртуальный мир. Однако, в настоящее время реализуется множество программ, нацеленных на привлечение к спорту и здоровому образу жизни ребят дошкольного возраста и школьников всех возрастов.

Большую роль в популяризации спорта и здорового образа жизни играют детские спортивные и оздоровительные лагеря.

Проведение лагерных смен, рассчитанных на молодых спортсменов, способно вернуть утраченные позиции и приобщить молодежь к физической культуре. Во время подобных смен ребята не только общаются и занимаются досуговой деятельностью, но и встречаются с известными спортсменами, которые способны мотивировать на будущие победы.

В свою очередь, оздоровительные лагеря выполняют функцию поддержки и улучшения состояния здоровья отдыхающих, а так же приучения детей к распорядку дня, правильному питанию и физическим нагрузкам.

В Белгородской области оздоровительная компания проходит в рамках постановления Правительства Белгородской области от 29.09.2014 № 365-пп «Об обеспечении отдыха, оздоровления и занятости детей Белгородской области». В 2015 году в оздоровительных лагерях Белгородской области отдохнуло более 85 тысяч детей и подростков. Около 30% из них – дети из неблагополучных семей. Таким образом, организация и проведение таких смен помогает организовать досуг для ребят, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, оградив их от алкоголя и наркотиков.

Работа детских оздоровительных лагерей по пропаганде здорового образа жизни, приобщению детей и подростков к занятиям физической культурой и спортом является логическим продолжением той работы, которая проводится в течение учебного года в школах и внешкольных учреждениях. Яркие мероприятия, к примеру, общегородская зарядка, систематическая работа, проводимая на уроках физической культуры, в спортивных школах, секциях не могут не найти свое продолжение в ходе оздоровительной лагерной смены.

Рассмотрим наиболее эффективный путь подготовки и проведения оздоровительной смены в условиях непрофильного лагеря.

На подготовительном этапе, во время подготовки к смене и комплектования кадрового состава следует предусмотреть наличие в лагере руководителя физического воспитания (физрука) и плаврука. Они обязательно проходят краткосрочную подготовку к смене. Считаем, что целесообразно на роль отрядных вожатых пригласить студентов отделения физической культуры, что сможет придать смене более выраженную оздоровительную окраску.

Естественно, во время сборов педагогического отряда уже в феврале-марте следует полностью выстроить смену, распределить обязанности между членами педагогического отряда. Считаем, что не менее половины мероприятий лагеря должны нести спортивно-оздоровительную нагрузку. В качестве знаковых тематических мероприятий предлагаем провести «Малые Олимпийские игры», фестиваль ГТО, День туризма, «Веселые старты». Ежедневными в дневках должны быть не только утренняя зарядка, но и спортивные часы, часы подвижных игр. Целесообразно организовать для будущих вожатых инструктивный сбор, где не только изучить правила игр, но и провести практические занятия.

На подготовительном этапе методической группе, физрукам необходимо посетить базу лагеря, ознакомиться с реальными условиями работы, сформировать списки необходимого оборудования и инвентаря. Необходимо предусмотреть достаточное количество мячей, скакалок, обручей, которые с успехом используются во время спортчасов. Если материальная база лагеря позволяет, то могут быть приобретены и комплекты спортивной формы для команд лагеря, Следует заранее позаботиться и о медалях, кубках, грамотах для юных победителей соревнований.

Наиболее сложен для проведения оздоровительной работы оргпериод, первые 3-5 дней смены. Необходимо оперативно вместе с медицинским работником на основе данных медицинских справок и данных первого медицинского осмотра детей непосредственно в лагере разделить всех отдыхающих школьников на три группы:

- -основная медицинская группа (дети, не имеющие отклонений в состоянии здоровья, им разрешены все формы занятий физкультурой);
- -подготовительная медицинская группа (дети, у которых есть незначительные отклонения в состоянии здоровья, им показаны занятия физкультурой при условии постепенного освоения комплекса физических упражнений);
- -специальная медицинская группа (дети, имеющие выраженные отклонения в состоянии здоровья, им показаны занятия физической культурой с ограничением двигательной активности).

Только после этого следует окончательно спланировать все спортивно-оздоровительные мероприятия смены, определив степень и качество участия в них каждого ребенка. Отрядные вожатые должны иметь полную информацию о том, в каких оздоровительных мероприятиях и в каком качестве могут принимать участие их воспитанники.

Обязательная утренняя зарядка, в которой участвуют все ребята и вожатые, отрядные спортивные часы, занятия спортивных кружков и секций, общелагерные спортивные соревнования и праздники - вот необходимые слагаемые успешной лагерной смены.

С первых дней жизни в лагере дети должны увидеть красоту спорта, ощутить

привлекательность участия в спортивно-оздоровительных мероприятиях. Особенно важную роль могут сыграть в этом показательные выступления вожатых, приглашение на встречи ветеранов спорта. Следует позаботиться и об эстетической стороне спортивных мероприятий, музыкальном оформлении, наглядности. Дети любят всевозможные таблицы результатов спортивных соревнований, стенгазеты-поздравления победителей, фото - и видеорепортажи с мероприятий, которые могут быть показаны в конце дня с помощью мультимедийного проектора.

В лагере с успехом можно приобщать детей к традиционным народным играм, которые развивают меткость, ловкость, скоростные качества. Ребята с интересом осваивают лапту, салки, городки. Интересны для них и такие игры как «Знамя», «Снайпер», «Казачьи разбойники». Традиция игр «всей улицей», «всем двором» утрачена, но вернуть ее, освободив детей из компьютерного рабства, поможет летняя лагерная смена.

Дети, которые по состоянию здоровья не могут заниматься физической культурой без ограничений, должны получать усиленную нагрузку. Соревнования по дартсу, городкам, игре в кегли могут быть внесены в программу Малых олимпийских игр.

Во время родительских дней следует знакомить родителей с достижениями ребят. Возможно проведение соревнований «Папа, мама, я - спортивная семья», других подобных конкурсов.

Считаем, что целесообразно возобновить утраченную традицию проведения областной спартакиады летних оздоровительных лагерей. Такое мероприятие весьма эмоционально, интересно и для членов спортивных команд и для болельщиков.

Каким образом мы можем отследить успешность работы по привитию правильного отношения детей к занятиям физической культурой и спортом в лагере? Естественно, ключевым показателем может быть положительная динамика количества детей, принимающих участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях. Следует в начале и конце смены изучить мнение детей об отношении к здоровому образу жизни. Подбор анкеты может осуществить психолог лагеря. Следует проанализировать изменение числа активных участников спортивно-оздоровительных мероприятий, активность болельщиков и т.д. Естественно, полностью изменить мировоззрение, установки ребенка за двадцать дней смены невозможно, но сделать хотя бы первый шаг к здоровому образу жизни ребенок может.

Дети в лагере восприимчивы к воспитательному воздействию, вожатые часто становятся для них гораздо большим авторитетом, чем школьные учителя. Необходимо всецело использовать возможности летнего отдыха для формирования у школьников навыков здорового образа жизни.

Таким образом, целенаправленная, серьезная работа всего педагогического коллектива лагеря поможет по-настоящему оздоровить детей, приобщить их к занятиям физической культурой и спортом.

### **Список литературы:**

1. Афанасьев С., Коморин С. Сто отрядных дел. – Кострома, 2000.
2. Былеева Л., Таборко В. Игра? Игра! – М.: Молодая гвардия 1998.
3. Куприянов Б.В., Кострецова У.Ю., Фришман И.И. Организация и методика проведения игр с подростками. – М.: Владос, 2000.
4. Леванова Е.А. Мастерская вожатого. Руководство для начинающих и опытных / Е.А. Леванова. – М.: Педагогическое общество России, 2003.
5. Мартынова Л.В. Игры и развлечения на воде – М.: Педагогическое общество России, 2006.

6. Найминова Э. Физкультура. Методика преподавания, спортивные игры - Ростов на Дону: Феникс, 2003.
7. Панченко С.И., День за днем в жизни вожатого: в помощь всем, кто работает или будет работать с подростками в детском лагере. Москва, 2008.
8. Устюгова С.В., Золотарева А.В. «Подвижные игры на уроках физкультуры в общеобразовательной школе», Иркутск 2007г.