

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЯХ (на примере Всероссийского детского центра «Орлёнок»)

Д. У. Хайдаров

Магнитогорский государственный технический университет имени Г. И. Носова, Магнитогорск, Россия

Рассматриваются особенности организации физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности в условиях загородного детского центра. Проанализированы основные аспекты этой деятельности на примере Всероссийского детского центра «Орлёнок», расположенного на побережье Чёрного моря.

Ключевые слова: *загородный детский центр, ВДЦ «Орлёнок», Чёрное море, физкультурно-оздоровительная работа, спортивно-массовая работа, организованный отдых, социальный опыт под-ростка, социальная среда, жизнедеятельность лагеря, инструктор по ФКиС.*

Детство — удивительный, беззаботный и в то же время самый незащищенный период жизни ребёнка. Социализацию ребёнок проходит в различных общественных заведениях, таких как детские сады, школы, и летний период не исключение.

Организованный отдых детей и подростков в детских оздоровительных лагерях (центрах) — это создание таких условий и психологического климата, в которых ребёнок сумел бы осмыслить свои интересы, желания и потребности, постичь своё значение в жизни, в обществе. Также лагерь позволяет сохранить и утвердить самобытность каждому ребёнку, найти себя, а также развить социальные способности и умение жить в обществе. Для подростков получение социального опыта как педагогическое явление — очень важная часть в формировании взрослого человека.

Детский оздоровительный лагерь — это учреждение, содействующее естественному продолжению дополнительного образования детей и подростков. Для учреждения характерна открытость, мобильность, гибкость и максимальная ориентация на запросы и потребности ребёнка.

Воспитательная деятельность в лагере выдвигает следующие задачи: обогащение сферы осваиваемых индивидуумом социальных ролей, помощь подростку в овладении социальными способностями, что способствует его социализации и приобретению им социального опыта.

В детских лагерях и центрах формируется организованная социальная среда, в которой ребёнку предоставляется относительная автономность пребывания; возможность изменения социальных ролей; коллективный характер жизнедея-

тельности; и, самое главное, предоставление таких разносторонних форм, видов и способов организации деятельности ребёнка, которые дают возможность для разностороннего развития его личных качеств, самореализации и самоутверждения. Насыщенная жизнедеятельность, интенсивное общение со сверстниками, возможности и благоприятные условия для развития инициативности и самостоятельности у детей и подростков.

Во Всероссийском детском центре «Орлёнок», расположенном на берегу Чёрного моря, ежегодно в летний период оздоравливаются более 16 тысяч детей и подростков из разных уголков России и зарубежья. Путёвкой в такой центр награждаются дети, добившиеся успехов в учёбе, спорте, творческой и других видах деятельности. Комментируя это, директор ВДЦ «Орлёнок» А. В. Джеус указал: «...укрепляется фестивальное детское движение, позволяющее каждому, кто добился определённых успехов в каком-то из видов деятельности, продемонстрировать себя и заявить как об одарённом человеке».

Особенностью планирования работы таких учреждений является многогранность и разносторонность направлений, из которых особо выделяется физкультурно-оздоровительная деятельность. Значимость её трудно переоценить: оздоровление, закаливание, физическое развитие, военно-патриотическое воспитание, формирование морально-волевых качеств у ребёнка. В условиях загородных центров, расположенных на берегу моря, организация физкультурных и спортивных мероприятий имеет первостепенное значение. Сочетание занятий физической культурой и спортом с морским воздухом, купанием в море благоприятно влияет

на детский организм, способствует укреплению иммунной системы.

Планирование и проведение таких ежедневных мероприятий, как утренняя гигиеническая гимнастика, упражнения в течение дня, досуг физкультурно-оздоровительной направленности, формируют естественную потребность у детей в двигательной активности. Особое место в режиме дня отдыхающих имеет окувание и купание в море. Ежедневные водные процедуры и солнечные ванны способствуют оздоровлению детского организма.

Планирование и организация физкультурно-оздоровительной деятельности требует тщатель-

ной разработки и пристального внимания, поэтому проблема кадрового обеспечения является актуальной. Комплектование кадров осуществляется задолго до сезона отдыха. С этой целью проводятся конкурсы среди российских вузов, в которых принимают участие студенты, обучающиеся по направлениям и профилям «Физическая культура». После приглашения работать в должности инструктора физической культуры в ВДЦ «Орлёнок» уже на месте организуются сборы педагогического состава, предусматривающие теоретическую и практическую подготовку (табл. 1), направленную на решение следующих задач:

Таблица 1

План вариативной части программы краткосрочных курсов повышения квалификации в объёме 144 ч для студентов, трудоустраивающихся в ВДЦ «Орлёнок»

Учебно-тематический план вариативной части уроков				
Тема	Т	С	П	Ведущий специалист
1. Обеспечение педагогических условий по сохранению жизни здоровья детей, освоение здоровьесберегающих технологий, применяемых в ВДЦ «Орлёнок»				
Нормативно-правовые основы и документы, регламентирующие физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую деятельность в Центре		2		С. Н. Караулова О. Е. Волкова
Концепция здорового образа жизни. Содержание работы с детьми в «Орлёнке»		1		С. Н. Караулова
Знакомство со спортивной базой Центра		1	4	С. О. Михайлов
Организация и содержание физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы		2		
Деятельность по обеспечению безопасности детей от травм на занятиях ФКиС		1		С. О. Михайлов
Тренинг «Спасение утопающих»		8	3	А. С. Глущенко
Методика проведения УГГ		3	8	Г. В. Кобелева
Организация купания и окувания детей в море		2		В. Е. Зотов И. Ю. Нестерова
Методика проведения спортивных занятий по игровым видам спорта. Основные правила и судейство: волейбол, пионербол, баскетбол, стритбол, мини-футбол			7	Н. Яркина, С. О. Михайлов, Г. К. Хитёв
Методика проведения спортивных занятий по игровым видам спорта. Основные правила и судейство: городки, лапта, тэг-регби, бочке, флорбол, фрисби			14	И. Черных, Н. Лентюгов, Е. Краснощёрова, С. О. Михайлов, А. Руденко, В. Хабаров
Методика проведения спортивных занятий по игровым видам спорта. Основные правила и судейство. Особенности проведения: «Снайпер»; «Знамя» и др.			6	Е. Краснощёрова, Н. Яркина
Методика проведения и судейство спортивных соревнований по шашкам, шахматам и настольному теннису			4	Д. В. Базаров

Учебно-тематический план вариативной части уроков				
Тема	Т	С	П	Ведущий специалист
Методика проведения спортивных соревнований по лёгкой атлетике			1	А. А. Руденко
Организация спортивно-массовых мероприятий по: игре «Команда»; «Орлянский норматив»; Морской праздник		3	3	А. Каштанов, Е. Краснопёрова, Н. Лентюгов, Г. Кобелева
Методика проведения занятий по общей физической подготовке			2	С. О. Михайлов, К. Г. Пригодин
Итого часов		23	56	
2. Организация образовательно-оздоровительного процесса в детском лагере				
Программа детского лагеря и её физкультурно-оздоровительный компонент. Логика развития смены		2		С. О. Михайлов, О. Е. Волкова
Организация и проведение спортивно-массовых дел в Центре	2	4	2	С. О. Михайлов, О. Е. Волкова, Г. Кобелева
Работа с советом физоргов, информированное обеспечение физкультурно-спортивной работы в смене		1		О. Е. Волкова, Г. Кобелева
Особенности организации физкультурно-оздоровительных занятий с детьми подготовительной группы в условиях Центра. Система аналитической работы. Формы её организации, работа с педагогической документацией		3 4	4	Т. Н. Пимашёва, О. Е. Волкова, С. О. Михайлов
Методика проведения образовательного занятия «спортивный час»		4	10	Михайлов С. О., Кобелева Г.
Подготовка к работе в рамках тематических программ д/л (совместно с административными группами)		4		С. О. Михайлов, администрирование гр. д/л
Подготовка к работе на заезде		2		И. Черных, Н. Лентюгов
Итого	2	24	16	
3. Освоение основ организационно-корпоративной культуры Центра				
Образ сотрудника ВДЦ «Орлёнок», культура, стиль поведения. Организационные основы деятельности по обеспечению ФК-спортивной работы в условиях ВДЦ «Орлёнок»		3	3	Встреча с администрацией Центра, УМТиФСП
Работа со спортивным инвентарем и сооружениями		1	6	С. О. Михайлов, Б. П. Сулонов
Итого	0	4	9	
Дифференцированное практико-ориентированное тестирование	5	5	4	О. Е. Волкова, С. О. Михайлов
Всего часов	7	54	83	144 часа

1) актуализировать знания об основных формах физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в Центре;

2) актуализировать знания по предупреждению травматизма детей на спортивных занятиях

и особенностям оказания первой помощи при несчастном случае;

3) знакомство с дополнительными общеобразовательными, общеразвивающими программами детских лагерей, тематическими программами

Центра и образовательными модулями летних смен.

Итогом прохождения курсов повышения квалификации является формирование профессиональных компетенций, а также навыков работы с детьми с целью привлечения их к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни.

По окончании курсов и прохождения стажировки инструкторы по спорту получают удостоверение о прохождении курсов повышения квалификации.

Теоретические знания и практический опыт студенты-инструкторы реализуют при организации и проведении мероприятий. При планировании мероприятий смены физкультурно-оздоровительные и спортивные составляют более половины (табл. 2).

Особое место в режиме дня отдыхающих занимает утренняя гимнастика, которая проводится на морском побережье в различных формах. Выполнение упражнений под музыку детьми всех отрядов одновременно — своеобразный флэш-моб, оставляет у отдыхающих яркие впечатления и эмоции. Такой подход обеспечивает развитие у детей чувство ритма, такта, координационных способностей.

В завершении УГГ проводятся различные лёгкие подвижные игры (для пробуждения и поднятия эмоционального состояния) с последующим купанием в море. В утренние часы на берегу моря, когда воздух максимально насыщен минеральны-

ми солями, дети выполняют дыхательную гимнастику, что оказывает оздоравливающий эффект на дыхательную систему организма.

Водные процедуры в ВДЦ «Орлёнок» занимают большую часть часов в программе спортивно-оздоровительных мероприятий: утренние купания, купание в море после завтрака, обеда, в жаркую погоду в вечернее время. Это обусловлено сильным закаливающим эффектом водных процедур на детский организм.

Особое удовольствие получают дети, играя на побережье в жёлтом кварцевом песке, где они строят песочные замки, различные фигуры и, конечно, загорают. Морские процедуры, сопровождаются «орлятскими» и отрядными песнями. Также на пляже инструкторы организуют «Весёлые старты», различные подвижные игры, игры в фрисби, в лапту, пляжный волейбол, соревнования по преодолению полосы препятствий. Все эти мероприятия на берегу моря оказывают закаливающий, оздоравливающий эффект, способствуют улучшению настроения.

Отдельное место занимают мероприятия на спортивных площадках Центра, чья материально-техническая база оснащена и оборудована по современным требованиям и технологиям: новые прорезиненные площадки для спортивных игр, тренажёрные залы, универсальный спортивный зал. Два тренажёрных зала оснащены новыми комплексными тренажёрами, задействующими

Таблица 2

Учебно-тематический план спортивно-оздоровительных мероприятий, представленный в первую летнюю смену в детском оздоровительном лагере

№	Тема	Количество часов
1	Утренняя гигиеническая гимнастика	7,2
2	Инструктаж по правилам безопасности при проведении морских купаний и купаний	1
3	Морские купания и купания	54
4	Инструктаж о правилах безопасного поведения во время физкультурно-спортивных занятий и соревнований	1
5	Физкультурно-спортивные занятия на основе подвижных и спортивных игр	15
6	Спортивные соревнования по командным видам спорта внутри лагеря	6
7	Спортивные соревнования по видам спорта в индивидуальном зачёте внутри лагеря	4
8	Спортивно-массовые мероприятия внутри лагеря	4
9	Общеорлятские спортивно-массовые мероприятия	8
	Всего	100,2

все мышечные группы. Используются новые, интересные, разнообразные методы и технологии тренировочных занятий для детей, которые предлагают молодые специалисты.

В течение всей смены на спортивных занятиях проводятся игры и соревнования внутри лагеря, тем самым отбирая и формируя сборную лагеря для выступлений на общеорлятских соревнованиях по разным видам спорта. Спортивно-массовые мероприятия внутри лагеря проводятся 2–3 раза за смену, в них принимает участие весь лагерь, все отряды, изначально поделившиеся на смешанные команды.

Проводятся такие мероприятия: «Весёлые старты», «Морской праздник», «Орлятский норматив». По возможности все праздники проводятся на пляже (кроме «Орлятского норматива») и конкурсы с забегом в воду. «Орлятский норматив» — это соревнования в индивидуальном зачёте с элементами ГТО. Детям нужно выполнить 6 упражнений: 1) прыжок в длину с места; 2) наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; 3) подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) / сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (девушки); 4) поднимание туловища из положения лёжа на спине с согнутыми ногами за 1 минуту; 5) челночный бег 3×10 м; 6) прыжки через скакалку за 1 минуту. За выполнение нормативов вручается удостоверение о сдаче комплекса «Орлятский норматив» за подписью начальника Управления морских и физкультурных программ в «Орлёнке».

После всех проведённых мероприятий внутри лагеря проводятся «общеорлятские» соревнования за 3–4 дня до конца смены. Устраиваются Малые олимпийские игры с официальным открытием на стадионе, а вечером после всех соревнований официальное закрытие соревнований с красочными шоу творческих коллективов. Самое зрелищное — это выступление отряда «Pilot Camp» на мотобайках с исполнением различных трюков. И, конечно, церемония награждения директором Центра с участием приглашённых гостей, в том числе участников Олимпийских игр, чемпионов России в разных видах спорта. Они вручают призёрам медали, грамоты и оставляют в память яркие фотоснимки.

Все физкультурно-спортивные мероприятия, представленные в табл. 2, разработаны на основе программы, проводятся в Центре на протяжении долгих лет и усовершенствованы до мелочей. Совершенствуются они благодаря постоянному

пополнению кадрового педагогического персонала молодыми специалистами, которые, поработав пару смен, предлагают свои идеи, помогают пересмотреть предыдущие. Совершенствование содержания программы обусловлено:

1) возможностью её использования при различных уровнях оснащения материально-технической спортивной базы детского лагеря;

2) возможностью использования как программы в целом, так и отдельных её модулей;

3) возможностью её использования в иных форматах, например:

– спортивные секции;

– внеотрядные объединения, в том числе органы соуправления физкультурно-спортивной деятельностью лагеря;

– в период, когда идут занятия в общеобразовательной школе (в ВДЦ «Орлёнок» школа функционирует с 1964 г., спустя 4 года с момента основания лагеря, и работает по сегодняшний день с 1 сентября по 31 мая каждый год);

– в рамках школьных каникул.

Также программа обуславливает необходимость учёта следующих факторов: индивидуальных желаний и способностей подростков; особенностей программы детского лагеря; времени года (погодных условий); наличия спортивных сооружений; специализации инструкторов по ФК и спорту.

Программа мероприятий построена на опыте, она несёт исключительно оздоравливающий характер, пользуясь при этом оздоравливающими естественными силами природы Чёрного моря.

Проведение таких спортивно-массовых мероприятий положительно влияет на психологию и эмоциональное состояние ребёнка. После некоторых неудач он стремится к новым победам, после побед добивается ещё больших побед, мотивируется к покорению новых вершин в спорте, в творчестве и других делах.

О том, что занятия физической культурой и грамотная организация физкультурно-оздоровительных работ в качестве целостного образовательного процесса положительно сказываются на оздоровительных процессах детей, доказывается в исследовании А. А. Артемьева [2].

Таким образом, организация физкультурно-оздоровительной деятельности в детских оздоровительных лагерях, а именно в ВДЦ «Орлёнок», отличается от обыденной обстановки дома, школы, улицы и носит исключительно просоциальный характер.

Положительное влияние, во-первых, загородного, чистого климата, то количество новых знакомств и друзей, те интересные мероприятия на выявление своих возможностей, на командообразование, конечно же, оказывают колоссальное влияние на ребёнка в лучшую сторону.

Организации физкультурно-оздоровительных работ в «Орлёнке» уделяется большое внимание и ставятся задачи, с которыми Всероссийский детский центр успешно справляется благодаря хорошим специалистам в области спорта и реализуемых программ. Ведь физкультурно-спортивная деятельность в лагере несёт не только образовательный, но и оздоровительный характер, предусматривает также и формирование мотивации и интереса подрастающего поколения к регулярным занятиям физической культурой и спортом. С этой целью проводятся встречи, мастер-классы с известными спортсменами, олимпийскими чемпионами.

Физкультурные занятия, закалывающие мероприятия оказывают только положительное влияние на психофизическое состояние ребёнка. Из этого следует, что хотя бы один раз ребёнку нужно дать возможность поехать в детский лагерь отдыха. В любой лагерь, который есть вблизи вашего населённого пункта, региона, а ещё лучше, если ваш выбор остановится на ВДЦ «Орлёнок». «Орлёнок»

готовит детей к жизни, приучает к самостоятельности, показывает и открывает для детей новые двери в мире и возможности.

Список литературы

1. Агаркова, А. В. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми в летнем лагере / А. В. Агаркова // Молодёжный научный форум: гуманитарные науки : электр. сб. ст. по материалам XXXVI междунар. студенч. заоч. науч.-практ. конф. — URL: <https://nauchforum.ru/studconf/gum/xxxvi/11705>
2. Артемьев, А. А. Организационно-педагогические условия физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительно-образовательном центре / А. А. Артемьев // Сиб. пед. журн. — 2009. — № 9. — С. 354–363.
3. Варнавских, Е. А. Формы летнего отдыха и оздоровления детей и подростков (обзор литературы) / Е. А. Варнавских, В. А. Ляпин, Ф. У. Козырева // Омский науч. вестн. — 2015. — № 1 (138). — С. 41–46.
4. Кумскова, Е. Е. Организация физкультурно-оздоровительной работы в загородном детском центре в связи с внедрением Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса / Е. Е. Кумскова // Пед. образование в России. — 2014. — № 9. — С. 61–63.
5. Шигаева, Е. П. Оздоровительный лагерь отдыха как среда социализации подростка / Е. П. Шигаева // Человек и образование. — 2010. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ozdorovitelnyy-lager-otdyha-kak-sreda-sotsializatsii-podrostka>

Поступила в редакцию 11 марта 2019 г.

Для цитирования: Хайдаров, Д. У. Организация физкультурно-оздоровительной деятельности в детских оздоровительных лагерях (на примере Всероссийского детского центра «Орлёнок») / Д. У. Хайдаров // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2019. — Т. 4, № 2. — С. 161–167.

Сведения об авторе

Хайдаров Дим Уралович — студент четвёртого курса факультета физической культуры и спортивного мастерства (кафедра спортивного совершенствования), Магнитогорский государственный технический университет имени Г. И. Носова. Магнитогорск, Россия. khaidarovdim.uralovich@mail.ru

Научный руководитель

Голубева Олеся Александровна — старший преподаватель, доцент кафедры спортивного совершенствования, Магнитогорский государственный технический университет имени Г. И. Носова. Магнитогорск, Россия. kaffv@mail.ru

PHYSICAL CULTURE. SPORT. TOURISM. MOTOR RECREATION

2019, vol. 4, no. 2, pp. 161–167.

Organization of Physical Activities in Children's Recreation Camps (on the example of the All-Russian Children's Centre "Orlyonok")

Khaidarov D.U.

Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, Russia. khaidarovdim.uralovich@mail.ru

The article discusses the features of the organization of sports and recreational activities in the state children's center. The main aspects of this activity are analyzed on the example of the all-Russian children's center "Orlyonok", located on the Black sea coast.

Keywords: *countryside children's center, a-RCCs "the Orlenok", the Black sea, sports and fitness work, sports work, organized recreation, social experience of the adolescent social environment, the life of the camp, the instructor in physical culture.*

References

1. Agarkova A.V. Organizatsiya fizkul'turno-ozdorovitel'noy raboty s det'mi v letnem lagere [Organization of sports and recreation work with children in the summer camp]. *Molodyozhnyy nauchnyy forum: gumanitarnoy nauki: elektronnyy sbornik statey po materialam XXXVI mezhdunarodnoy studencheskoy zaochnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii* [Youth scientific forum: Human Sciences: electronic collection of articles on the proceedings of the XXXVI international student correspondence scientific-practical conference]. Available at: <https://nauchforum.ru/studconf/gum/xxxvi/11705>. (In Russ.).
2. Artem'yev A.A. Organizatsionno-pedagogicheskiye usloviya fizkul'turno-ozdorovitel'noy raboty v detskom ozdorovitel'no-obrazovatel'nom centre [Organizational and pedagogical conditions of sports and health work in the children's recreational and educational center]. *Sibirskiy pedagogicheskiy zhurnal* [Siberian pedagogical journal], 2009, no. 9, pp. 354–363. (In Russ.).
3. Varnavskikh E.A., Lyapin V.A., Kozireva F.U. Formy letnego otdykha i ozdorovleniya detey i podrostkov (obzor literatury) [Forms of summer recreation and rehabilitation of children and adolescents (literature review)]. *Omskiy nauchnyy vestnik* [Omsk scientific bulletin], 2015, no. 1 (138), pp. 41–46. (In Russ.).
4. Kumskova E.E. Organizatsiya fizkul'turno-ozdorovitel'noy raboty v zagorodnom detskom tsentre v svyazi s vnedreniyem Vserossiyskogo fizkul'turno-sportivnogo kompleksa [Organization of sports and recreation work in the country children's center in connection with the introduction of the all-Russian sports complex]. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii* [Pedagogical education in Russia], 2014, no. 9, pp. 61–63. (In Russ.).
5. Shigayeva E.P. Ozdorovitel'nyy lager' otdykha kak sreda sotsializatsii podrostka [Recreation camp as an environment of socialization of a teenager]. *Chelovek i obrazovaniye* [Human and education]. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/ozdorovitelnyy-lager-otdyha-kak-sreda-sotsializatsii-podrostka>. (In Russ.).