



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**«ОЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)**

**ВЫСШАЯ ШКОЛА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**Организация и эффективность физкультурно-оздоровительных  
мероприятий в детских оздоровительных лагерях**

**Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.03.05 педагогическое образование  
Направленность программы бакалавриата  
«Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности»**

Проверка на объём заимствований:

59 % авторского текста

Работа рецензирована за подписью

(подпись)

«16» октября 2018 г.

зав. кафедрой ТИМФКиС

Жабиков И.Е.

Выполнил:

Студент группы ОФ 514/073-5-1

Ермоленков Сергей Алексеевич

Научный руководитель:

к.п.н., доцент

Михайлова Татьяна Александровна

Челябинск

2018 год

## Содержание

Введение	3
Глава 1 Теоретические аспекты организации физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях	7
1.1 Состояние и развитие проблемы оздоровления детей в детских оздоровительных лагерях	7
1.2 Особенности организации физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях	15
1.3 Организационно- педагогические условия организации и эффективности физкультурно- оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях	27
Выводы по I главе	34
Глава 2 Опытно-поисковая работа по организации физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях	37
2.1 Цель и задачи опытнo-поисковой работы	37
2.2 Основные направления работы по организации и проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях	40
2.3 Анализ результатов опытнo-поисковой работы	46
Выводы по II главе	48
Заключение	49
Библиографический список	51

## Введение

Произошедшие в нашей стране в 90-е гг. XX в. коренные политические, экономические и социальные трансформации вызвали негативные изменения в организации отдыха подрастающего поколения, проявившиеся в сокращении финансирования и потере государственными органами привычных рычагов управления в сфере детского отдыха; резком снижении численности учреждений, организующих отдых и оздоровление детей; устаревшей инфраструктуре учреждений, представляющих данные услуги ( во многих регионах России загородные детские оздоровительные лагеря построены десятилетия назад, а износ материальных средств подавляющего большинства из них – более 50%)[2].

Приоритет охраны здоровья детей как принцип государственной политики продиктован устойчивыми негативными тенденциями в состоянии здоровья подрастающего поколения. По официальным данным, на протяжении последних 20 лет наблюдается неуклонный рост заболеваемости детей и подростков по всем классам болезней. Ввиду низкой двигательной активности показатели физической подготовленности современных детей и подростков значительно ниже, чем у их сверстников в 80-90-х гг. XX в. Результаты многочисленных исследований свидетельствуют о тесной взаимосвязи между уровнем заболеваемости и уровнем двигательной активности человека на различных этапах онтогенеза. Сопоставление данных об ухудшении состояния здоровья детей с показателями, характеризующими уровень их двигательной активности, подтверждает эту зависимость [2].

Общепризнано, что одним из важнейших направлений деятельности по преодолению обозначенной проблемы является вовлечение детей и подросток в активные и регулярные занятия физической культурой и спортом в каникулярное время.

Физическое воспитание детей в детских оздоровительных лагерях представляет собой процесс решения определенных воспитательно-образовательных задач, которому присущи все признаки педагогического

процесса. Главной отличительной особенностью физического воспитания является то, что оно обеспечивает системное формирование двигательных умений и навыков, и направленное на воспитание физических качеств детей, сочетание которых определяет его физическую дееспособность [8].

Возможность использовать уникальные по многогранности воздействия естественных оздоровительных факторов предоставляет летний период, при этом необходимо создать подчас минимальные дополнительные условия, прежде всего, организационного характера. Важным звеном в общей системе физического воспитания школьников являются оздоровительные загородные лагеря. Они создаются для активного отдыха учащихся во время каникул, улучшения здоровья, улучшения физической подготовки, а также повышения спортивных достижений. Условия детского оздоровительного лагеря создают благоприятную обстановку для широкого развертывания физкультурной и спортивной работы среди воспитанников.

Следовательно, оздоровительную работу в лагере следует проводить в соответствии с учетом возраста детей, уровня физической подготовленности.

В теории педагогики достаточно много внимания уделено вопросам физического воспитания учащихся молодежи (В.Ю. Карпов, В. И. Лях, А. П. Матвеев и другие).

Многие исследователи (Т.Э. Токаева, Ю. Ф. Змановский, Т.И. Осокина) отмечают, что потребность в движении составляет одну из основных физиологических особенностей детского организма, являясь условием его нормального формирования и развития.

В настоящее время теоретическими и методологическими основами деятельности внешкольных учреждений занимаются В.А. Никитин, Н.А. Карасева, Г.И. Руденкова. Исследования Е.А. Винникова, Н.К. Катовича Л.В. Васюты раскрывают жизнедеятельность детского оздоровительного лагеря. Современные основы педагогики детских каникул можно проследить у таких авторов. Как Т.А. Юзефавткус, Г.А. Шереш.

**Цель исследования:** разработать и теоретически обосновать эффективность физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.

**Объектом исследования:** процесс физкультурно-оздоровительной работы в детских оздоровительных лагерях.

**Предметом исследования:** организационно-педагогические условия организации и эффективности физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских лагерях.

**Гипотеза исследования:** Процесс организации физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях будет более эффективным при условии:

- 1) увеличения объема двигательной активности детей в период их пребывания в детском оздоровительном лагере;
- 2) осуществления в ходе режимных моментов и между ними больших и малых форм физической активности детей.

**Задачи исследования:**

1. Уточнить сущность понятия физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.
2. Выявить эффективность педагогических условий организации физкультурно-оздоровительных мероприятий.
3. Опытным-поисковым путем обосновать эффективность реализации физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях (на примере детского оздоровительного лагеря “Олимпиец”).

Исследование проводилось поэтапно, при этом на каждом этапе, в зависимости от его задач, применялись соответствующие методы исследования:

1. Теоретические: теоритический анализ научной литературы, программ педагогической практики, творческих работ.
2. Эмпирические: наблюдение, беседа, опрос, анкетирование, опытном-поисковая работа.

На первом этапе – констатирующем - анализировалась научно-методическая литература; а так же изучалась степень разработанности исследуемой проблемы; были сформулированы цель, объект, предмет, гипотеза и задачи исследования.

На втором этапе – формирующем – продолжалось изучение научно-методической литературы; уточнялась сущность понятия физкультурно-оздоровительные мероприятия в детских оздоровительных лагерях; разрабатывались формы физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях и педагогические условия организации их.

На третьем этапе- обобщающем - осуществлялся анализ, обобщение и описание полученных результатов исследования, формулировались выводы, заключение и производилась оформление дипломной работы.

**База исследования:** Детский оздоровительный лагерь «Олимпиец»

**Структура работы:** выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка литературы

## **Глава 1 Теоретические аспекты организации физкультурно - оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях**

### **1.1 Состояние и развитие проблемы оздоровления детей в детских оздоровительных лагерях**

Концепция программы долгосрочного социально-экономического развития России до 2020 года определяет в качестве главных приоритетов развития сохранение и укрепление здоровья населения, повышение роли профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни (ЗОЖ), разработку и внедрение механизмов стимулирования у граждан ответственного отношения к своему здоровью [1].

Значительным ресурсом ранней профилактики, оздоровления детей и укрепления их здоровья могут располагать загородные детские оздоровительные лагеря при условии, что направленность и содержание деятельности лагеря подчинено достижению цели, связанной с формированием здорового образа жизни детей [10].

Пристальное внимание всех заинтересованных лиц к проблемам детского отдыха понятно, так как здоровье подрастающего поколения является основой перспективного развития общества и одним из важнейших элементов обеспечения его безопасности [10].

Понятие «здоровье» отражает качество приспособления организма к условиям внешней среды и представляет итог процесса взаимодействия человека и среды обитания; само состояние здоровья формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних факторов. Среди факторов оказывающих влияние на здоровье человека, решающим является образ жизни, который в зависимости от условий жизни и динамики внутреннего развития человека постоянно меняется [3]. Следовательно, нельзя предложить универсальную для всех модель поведения, которая обеспечивала бы потребность любого человека в

сохранении и укреплении здоровья, в здоровом образе жизни. Каждый человек должен сам определить тот образ жизни, который учитывал бы его индивидуальные особенности и конкретные жизненные обстоятельства [4].

Здоровый образ жизни представляет собой непрерывно трансформирующуюся систему ценностно-смысловых установок, знаний, мотивационно-волевого опыта личности и практической деятельности субъекта, направленную на сохранение и развитие здоровья в процессе адаптации к меняющимся условиям жизнедеятельности в соответствии с возрастными этапами развития [4].

В Российской Федерации в соответствии с законом «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» № 124-ФЗ от 1998 г. вопросы организации отдыха и оздоровления детей лежат в сфере государственной ответственности. В Федеральном Законе № 184 от 06.10.1999 г. «Об общих принципах организации законодательных и исполнительных органов государственной власти субъектов Российской Федерации» определены полномочия субъектов РФ в данных вопросах. После принятия Федерального Закона от 24.07.2009 № 213-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации и признании утратившими силу отдельных законодательных актов (положений законодательных актов) Российской Федерации и в связи с принятием Федерального закона «О страховых взносах в Пенсионный фонд Российской Федерации, Фонд социального страхования Российской Федерации, Федеральный фонд обязательного медицинского страхования и территориальные фонды обязательного медицинского страхования» с 2010 г. полномочия по осуществлению и финансовому обеспечению мероприятий по отдыху и оздоровлению детей закрепились за субъектами Российской Федерации (за исключением полномочий по организации отдыха детей в каникулярное время). Федеральный центр оставил за собой только финансирование оздоровления детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, и некоторые категории больных детей. В соответствии со статьей 15

Федерального Закона № 131 от 6 октября 2003 г. «Об общих принципах местного самоуправления в Российской Федерации» с изменениями от 31 декабря 2005 г. организация отдыха и оздоровления детей в каникулярное время с 2006 г. отнесена к вопросам местного самоуправления [20].

Таким образом, в соответствии с российским законодательством организация отдыха и оздоровления детей в настоящее время осуществляется на всех трех уровнях: федеральном, субъектов федерации и муниципальном. При этом основная ответственность за детский отдых возложена на органы государственной власти субъектов РФ.

Согласно федеральному закону «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 21.12.04 № 170 ФЗ. Отдых детей и их оздоровление- это совокупность мероприятий, обеспечивающих развитие творческого потенциала детей, охрану и укрепление их здоровья, профилактику заболеваний у детей, занятие их физической культурой, спортом и туризмом, формирование у детей навыков здорового образа жизни, соблюдение ими режима питания и жизнедеятельности в благоприятной окружающей среде при выполнении санитарно-гигиенических и санитарно-эпидемиологических требований» [20].

Данным законом определен статус детских оздоровительных учреждений – это "организация отдыха детей и их оздоровление - детские оздоровительные лагеря (загородные оздоровительные лагеря, лагеря дневного пребывания и другие), специализированные (профильные) лагеря, (спортивно-оздоровительные лагеря, оборонно-спортивные лагеря, туристические лагеря, лагеря труда и отдыха, эколого-биологические лагеря, технические лагеря, краеведческие и другие лагеря), оздоровительные центры, базы и комплексы, иные организации независимо от организационно-правовых форм и форм собственности, основная деятельность которых направлена на реализацию услуг по обеспечению отдыха детей и их оздоровления" [12].

Детское оздоровительное учреждение является самым популярным и распространенным оздоровительным учреждением, организуемым для отдыха детей и подростков во время летних каникул. Такая система массового активного отдыха способствует воспитанию у детей сознательной дисциплины, трудолюбия. Дружбы, коллективизма и ответственности, формированию высоких моральных качеств и создает наилучшие условия для физического воспитания и укрепления здоровья [18].

В середине XX в. важной частью системы образования внешкольных учреждений для детей стали пионерские лагеря, которые рассматривались как воспитательно-образовательные учреждения, действующие с принятием во внимание основных принципов деятельности пионерской организации. В истории детских оздоровительных лагерей четко можно выделить исторические периоды.

Таблица 1 Исторические периоды детских оздоровительных лагерей

Период	Характеристика периода
1925- 1930 годы	<p data-bbox="483 1149 1485 1373">Основное внимание в лагерях уделялось выработке правил внутреннего распорядка с акцентом на оздоровительную работу, привитию детям навыков личной и общественной гигиены.</p> <p data-bbox="483 1406 1485 2020">Воспитательную работу с детьми осуществляли пионерские вожатые, которые приезжали со своими ребятами и по окончании лагерных смен уезжали вместе с ними. Штатных работников в лагерях практически не было. Наряду с политико-воспитательными мероприятиями значительное место уделялось так называемому краеведению. Дети совершали много туристских походов в ближайшие к лагерю населённые пункты. Проводились также тематические костры и сборы, беседы на актуальные темы, вечера художественной самодеятельности, встречи с</p>

	<p>интересными людьми [3].</p> <p>С конца 1920-х годов в лагерях стали работать штатные отрядные вожатые, методисты, физруки, краеведы. Руководство всей воспитательной работой лагеря осуществлял представитель Центрального совета Всесоюзной пионерской организации, который был прикомандирован к лагерю на весь летний сезон[15].</p>
1930- 1940	<p>В основе воспитательной работы в лагерях была идеологическая направленность. События, которые переживала страна в этот период, находили отражение в отрядных и лагерных мероприятиях [10].</p> <p>По-прежнему в оздоровительной работе значительное место отводилось физкультуре и спорту, туризму, личной и общественной гигиене[10].</p>
1941- 1945	<p>Великая отечественная война перечеркнула всё то, что годами создавалось, формировалось, наработывалось в пионерских лагерях. Большое место в воспитательной работе отводилось шефским мероприятиям в госпиталях, помощи семьям фронтовиков, местным колхозам и совхозам, сбору металлолома, дикорастущих лекарственных трав, грибов, ягод, а также средств на строительство танков и самолётов[10].</p>
1945- 1960	<p>В основу воспитательной работы были положены традиционные довоенные формы и методы с поправкой на факты и события послевоенных лет. Лагерные слёты, фестивали, сборы, клубная работа, спорт, туризм, техническое творчество, художественная самодеятельность - всё это имело место наряду с оздоровительной работой. Тяготы минувшего отрицательно сказались на состоянии</p>

	<p>здоровья детей и подростков военной поры. Теперь дети привлекаются к посильному труду, к самообслуживанию, ведётся работа по формированию навыков активистов-организаторов пионерской работы. С 1945 года особое внимание стали уделять работе пионерских вожатых. Им в помощь был составлен ряд методических пособий. Значительная часть пособий издавалась для руководителей туристско-экскурсионной работы в лагерях[10].</p>
1960-1990	<p>Воспитательная работа в лагерях начинает превалировать над оздоровительной. Основное в педагогической работе по-прежнему идеологическое воспитание. Число детских лагерей достигает до 40000[10].</p>
1991-2004	<p>С упразднением Всесоюзной пионерской организации отсутствие руководящих идеологических органов, какими были ЦК ВЛКСМ и ЦС ВПО, возникла насущная необходимость кардинального пересмотра концепции педагогической работы в детских лагерях с учётом новых социально-экономических и политических условий, которые сложились в 1990-х годах в России. Необходимо было глубоко проанализировать весь положительный опыт, который был накоплен за предыдущие десятилетия и, отобрав наиболее целесообразные, эффективные и соответствующие нынешним требованиям формы и методы воспитательной работы, разработать новые, современные, соответствующие духу времени педагогические технологии.</p> <p>По-прежнему значительное место в воспитательной работе отводится физической культуре и спорту[10].</p>
2004- по настоящее	<p>Современные ДОЛ направлены на реализацию познавательных интересов личности ребенка через</p>

время	свободный выбор различных форм деятельности, организованный досуг с учетом потребностей различных слоев общества, детских и юношеских организаций различной направленности, с тесным сотрудничеством с предприятиями, организациями, учреждениями науки и культуры[10].
-------	---

Таким образом, детский оздоровительный лагерь на сегодняшний день является учреждением, которое не только осуществляет оздоровление и отдых детей, но и выполняет образовательную и воспитательную функцию.

Несмотря на определённые недостатки излишней идеологизации и формализации пионерской работы, именно внутри этого детского движения зарождались гуманистические основы организации отдыха и оздоровления детей в летний период.

Последние полтора десятка лет на исходе XX в. породили немало вопросов теоретического и практического характера, не получивших достаточной проработки до настоящего времени. Особенно остро они отражены в исследованиях, раскрывающих особенности и проблемы [15]:

- лично- ориентированного образования в детском лагере (В. П. Бедерханова);
- развитие временного детского коллектива, его характеристики как субъекта и объекта воспитания (О. С. Газман);
- форм воспитательной работы с детским объединением (Б. В. Куприянов);
- нравственного воспитания подростков в разновозрастном коллективе школьного лагеря труда и отдыха (А. Н. Тубельский);
- культурной среды детского лагеря (Н. Б. Крылова) и другие.

Методические аспекты организации различных сторон жизнедеятельности современного детского оздоровительного лагеря представлены в ряде диссертаций, в которых раскрыты [9]:

- организационно-методические основы физического воспитания детей в летнем оздоровительном центре (Т.А. Банникова);
- педагогические проблемы организации летней работы с детьми в городской школе (К.Н. Волков);
- организационно-педагогические условия развития детского оздоровительного лагеря на современном этапе (Л.С. Леднева);
- возможности проектирования и реализации воспитательной системы детского оздоровительного лагеря (Е. В. Алехина) и другие.

Ученные рассматривают современный детский оздоровительный лагерь как своеобразный институт детства, который естественным образом ориентирован на развитие настоящего и будущего общества.

Характеризуя культурную среду лагеря, Н. Б. Крылова признает недостаточным понимание каникул лишь как периода рекреации и некоторого (второстепенного по назначению) дополнения к базовому образованию, поскольку каникулы- это период значительного расширения практического опыта ребенка, время творческого освоения и осмысления новой информации, формирование новых умений и способностей, на которые школа не ориентирована. Речь идет о жизненных способностях и умениях, которые составляют основу характера, общения и коммуникации, нравственной направленности личности. По мнению, Н. Б. Крыловой «каникулы» как сфера свободной жизнедеятельности ребенка прямо связана с его интересами, практическим жизненным опытом и трактуется как равная сфере «школа» [18].

По мнению О. С. Газмана, главную роль в развитии личности школьника в учебное время играет познавательная деятельность. Которая занимает ведущее место в структуре учебно- воспитательного процесса. В каникулярный период первенство среди других видов деятельности занимает игра, вступающая во взаимодействие с познанием и осуществляющая тем самым содержательную и временную связь учебной и внеучебной работы [7].

Особую роль в организации социального опыта ребенка в условиях детского лагеря с позиций теории социального воспитания играет быт, представленный архитектурно-планировочными особенностями помещений и организацией предметно-пространственной среды, режимом, этикетом, традициями и ритуалами [7].

Таким образом, организация отдыха и оздоровления детей в современном лагере заключается в его возможностях создать относительно благоприятные условия для усвоения детьми позитивного социального опыта, позволяющего им познать себя, найти свое место среди сверстников и взрослых, осознать и реализовать свои таланты и способности, найти признание окружающих. Убедиться в их адекватной оценке достигнутого.

## **1.2 Особенности организации физкультурно - оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях**

В настоящее время детский оздоровительный лагерь - это совокупность определенным образом взаимодействующих структурных и функциональных составляющих, направленных на развитие личности ребенка.

Детский оздоровительный лагерь (далее ДОЛ) предназначен для отдыха и оздоровления детей, организуется на стационарной базе круглогодичного или сезонного действия (на каникулярный период или часть каникул) и размещается в загородной местности (либо в черте города, в экологически благоприятной для отдыха и оздоровления детей ) [9].

Физическое воспитание в лагере направлено на развитие следующих задач:

- укрепление здоровья, содействие разностороннему физическому развитию, закаливанию детей;

- совершенствование у школьников умений и навыков в естественных видах движений (особенно в плавании) жизненно важных физических качеств;

- содействие формированию привычки к систематическому использованию средств физического воспитания в целях собственного оздоровления и физического совершенствования.

Целями организации воспитательной деятельности с детьми в конкретном макрорайоне (города, поселка, села) в зависимости от условий (кадровых, наличия материальной базы, сети образовательных учреждений) и типа лагеря могут быть [17]:

- социально-педагогическая защита детей;
- предотвращение межличностных конфликтов, формирование позитивных отношений между людьми, развитие способностей и интересов личности, защита ее прав;
- формирование и развитие личностных качеств детей, необходимых для позитивной жизнедеятельности;
- увеличение степени самостоятельности детей и подростков, их способности контролировать свою жизнь, более эффективно разрешать возникающие проблемы;
- создание условий, в которых дети и подростки могут максимально проявить свои потенциальные возможности;
- адаптация или реадаптация детей в обществе;
- компенсация дефицита общения в школе, семье, в среде сверстников;
- дополнительное образование, получаемое в соответствии с их жизненными планами и интересами.

Таким образом, можно отметить, что цели организации воспитательной работы в лагере весьма разнообразны.

Базовыми учреждениями системы образования для организации работы лагеря по месту жительства традиционно являются школы и учреждения дополнительного образования детей, включая подростковые клубы по месту

жительства, центры, дома и дворцы детского и юношеского творчества, станции юных туристов, техников, спортивные детско-юношеские школы и др. Значительный спектр воспитательной деятельности по месту жительства в настоящее время могут взять на себя другие учреждения: социальной реабилитации, медико-психолого-педагогические службы микрорайона; центры социально-психологической помощи детям, семье и молодежи; центры экстренной психологической помощи по телефону; социально-реабилитационные центры для подростков и молодежи; центры социального обслуживания, социальные приюты для детей и подростков и др.[15].

Основные виды услуг, предоставляемых детям в учреждениях отдыха и оздоровления [19]:

- услуги, обеспечивающие нормальную жизнедеятельность детей;
- медицинские услуги, обеспечивающие охрану здоровья, своевременное оказание медицинской помощи, профилактику заболеваний и формирование навыков здорового образа жизни детей, контроль за соблюдением санитарно-гигиенических и противоэпидемических требований;
- педагогические услуги, направленные на повышение интеллектуального уровня детей, расширение их кругозора, углубление знаний, формирование умений и навыков, развитие творческого потенциала;
- психологические услуги, направленные на улучшение психического состояния детей и их адаптацию к окружающей среде жизнеобитания;
- правовые услуги, направленные на оказание детям и их родителям (законным представителям) юридической помощи, защиту своих законных прав и интересов;
- услуги по оказанию культурно-оздоровительной деятельности, обеспечивающие разумное и полезное проведение детьми свободного времени, их духовно-нравственное развитие, приобщение к ценностям культуры и искусства;

- услуги в сфере физической культуры, спорта, туризма, краеведения, экскурсий, направленные на физическое развитие, укрепление здоровья и закаливание организма детей;

- информационные услуги, направленные на предоставление достоверной информации об имеющейся сети учреждений отдыха и оздоровления детей и о каждом конкретном учреждении;

Таким образом, мы можем отметить, что в настоящее время существует достаточно много типов детских оздоровительных лагерей, предоставляющих детям различные виды услуг. Важно отметить, что в современном мире функцию по летнему отдыху и оздоровлению детей выполняют не только учреждения образования, но и учреждения социальной сферы, деятельность которых направлена на реализацию социальной защиты населения.

Одним из самых «запутанных» является вопрос о типологии детских лагерей или, если говорить шире о формах организации летнего отдыха детей. Так, М. Е. Сысоева выделяет санаторные лагеря, профильные лагеря, загородные центры (психолого-реабилитационные), лагеря с дневным пребыванием [31].

Исследователи С. В. Барканов, В.А. Березин, А. К. Бруднов говорят о двух главных формах отдыха: летнем совместном семейном отдыхе (лагеря институированные, созданные организациями и учреждениями) и летнем детском коллективном отдыхе (государственно-общественные и неформальные летние центры). В свою очередь эти формы летнего отдыха могут реализоваться как стационарные и как палаточные лагеря.

Ю. Н. Таран выделяет три направления смены в деятельности детских оздоровительных лагерей- комплексные, профильные и тематические смены. Общими признаками для различных подходов к описанию типов учреждений летнего оздоровительного отдыха являются время, место и направление деятельности лагеря [32].

В зависимости от времени пребывания ребенка в лагере различают детские оздоровительные лагеря [32]:

- дневного пребывания детей;
- круглосуточного (стационарного) пребывания детей.

В зависимости от типа учреждения, на базе которого создается лагерь, принято различать детские оздоровительные лагеря:

- загородного типа (на базе загородных комплексов отдыха);
- санитарно-курортного типа (на базе санатория- профилактория либо расположенного в курортной зоне);
- лагеря при общеобразовательных учреждениях и учреждениях дополнительного образования детей.

Особой формой организации летнего отдыха и занятости детей являются подростковые (молодежные) клубы по месту жительства. Расположенные в непосредственной близости от проживания (в микрорайонах города), а также лагеря труда и отдыха (занятость подростков в посильной трудовой деятельности сочетается с организованной сферой отдыха и досуга) [32].

По направлению деятельности смены детского оздоровительного лагеря различают [33]:

- комплексные- смены, сочетающие различные направления отдыха, оздоровления и воспитания;
- профильные – смены в лагере с одним ведущим типом деятельности, в которой принимает участие определенная категория детей, участвующих в специально организованной деятельности, например, смена для детей-инвалидов, одаренных детей, туристов, экологическая, экономическая и т.п.;
- тематические- смены, содержание которых построено на одной теме, сюжете, например, смены, основанные на литературных произведениях («Хоббитские игры», «В гостях у дедушки Корнея» и т.д.), на изучение проблем личности («Талант- восьмое чудо света»), современных проблем человечества («Остров мечты», «Праздники Земли» и т.д.), знаменательных

датах в истории страны (300-летие флота, 200-летие со дня рождения А. С. Пушкина и т.д.).

Возраст воспитанников посещающих детские оздоровительные лагеря, определен Положением о детском оздоровительном лагере- от 6 до 14 лет. Современные формы отдыха и оздоровления детей, подростков и молодежи расширяют возрастной цен до 16-18 лет и более [36].

Сроки оздоровления детей определяются с учетом медицинских рекомендаций, природно-климатических условий и составляют [34]:

- в период летних каникул-21 день (14,18 дней); всего за ление каникулы проходит 4 смены;
- в период осенних каникул- 7-8 дней;
- в период зимних каникул- 8-10 дней;
- в период весенних каникул- 10-12 дней.

Основные документы планирования и учета работы по физическому воспитанию в оздоровительном детском лагере следующие:

- 1) Общий план;
- 2) Календарный план физкультурно- спортивных мероприятий;
- 3) Положение об лагерной спартакиаде (о соревнованиях в масштабе лагеря);
- 4) Протоколы соревнований (отрядных и общелагерных);
- 5) Книга учета рекордов и чемпионов лагеря;
- 6) Журнал (книга) учет детей, имеющих ограничения в занятиях физическими упражнениями, а также временно освобожденных от занятий физической культурой;
- 7) Книга (журнал) учета детей, научившихся плавать;
- 8) Журнал учета спортивного инвентаря и оборудования.

Большую помощь работникам лагеря, особенно отрядным вожатым и педагогам-воспитателям, оказывает картотека подвижных игр, конкурсов и аттракционов. Описание игры и графическое изображение организационных моментов выполняют на плотном картоне разноцветными чернилами или

тушью. Картотека размещается в библиотеке или в комнате совета дружины лагеря, совета физкультуры [11].

В каждом лагере следует составить и соответствующим образом утвердить свое, для внутреннего пользования, положение о физическом воспитании. В нем, согласуясь с наличными условиями, возможностями, сложившимися традициями, определяют задачи физического воспитания в лагере, перечисляют обязанности его работников, мероприятия, непременно для проведения и т.п. Такое положение помогает сделать работу по физическому воспитанию в лагере целенаправленной, дает возможность его сотрудникам лучше понять, чем положено им заниматься, делает их более ответственными, позволяет повысить к ним требовательность (поскольку при поступлении на работу их ознакомили с этим документом- положением о физическом воспитании в лагере – и они приняли указанные в нем условия) [11].

В современном обществе физическая культура выступает как необходимая часть образа жизни подрастающего поколения, так как она представляет собой неотъемлемую составляющую общечеловеческой культуры, область удовлетворения жизненно необходимых потребностей в двигательной активности, решает задачу физического совершенствования, разрешает проблемы рационального использования свободного времени. Постоянные умственные перегрузки в школе требуют от детей не только усердия, но и хорошего здоровья, достаточной психофизической подготовленности и полноценного отдыха на каникулах. В настоящее время ни у кого не вызывает сомнения целесообразность и необходимость занятий различными видами спорта в детском возрасте, а также оздоровление и закаливание растущего организма. Главная роль в этом принадлежит инструктору физической культуры, который может привлечь соратников из отдыхающих детей и организовать спортивно-оздоровительную работу [11].

Физкультурно- оздоровительная работа в лагере согласуется с врачом и предусматривает следующие мероприятия [11]:

- утренняя гимнастика;
- закаливание: воздушные и солнечные ванны, обтирание, обливание, душ, купание;
- занятия физкультурой в отрядах и звеньях, кружках, командах, секциях, обучение плаванию;
- общелагерные и отрядные прогулки, экскурсии и походы с играми на местности;
- спортивные соревнования и праздники;
- занятия на тренажерах.

Распределение на медицинские группы для занятий физкультурой проводится врачом. Детям основной медицинской группы разрешается участвовать во всех физкультурно- оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях без ограничений [14].

С детьми подготовительной медицинской группы должны проводиться физкультурно- оздоровительные мероприятия с учетом состояния здоровья. Они допускаются к занятиям в одном из спортивных кружков или секций без участия в соревнованиях и без сдачи нормативов. Разрешается участие в однодневных туристических походах [14].

#### Утренняя гигиеническая гимнастика (УГГ)

Регулярные занятия УГГ имеют исключительно большое значение для укрепления здоровья детей. Улучшается работа всех внутренних органов и систем, развитие физических качеств, воспитание воли и характера, что проявляется в повышении общего жизненного тонуса ребенка, его работоспособности [14].

Лучше всего, если зарядка проводится под музыкальное сопровождение. Не превышает 30 мин. включая организационные моменты. Зарядка может быть общелагерной или отрядной [14].

По содержанию и по форме зарядки бывают разные. В одном случае она представляет собой прогулку в лес с бегом и общеразвивающими упражнениями. Если лагерь на берегу озера, пруда, после физических

упражнений на суше проводят купание, а затем согревающий бег в среднем темпе на территории лагеря [14].

С большим удовольствием ребята участвуют в зарядке, которая проводится в виде ритмической гимнастики, плясок. Упражнения УГГ подбираются так, чтобы последовательно воздействовать на все основные мышечные группы и внутренние органы. Выполнять упражнения необходимо в *«анатомическом порядке»* сверху-вниз или снизу-вверх. Используется дыхательная гимнастика [14].

Разновидности УГГ: в парах, в кругу, в колоннах, в шеренгах, массаж, с песнями, с помощью подвижных игр [14].

#### Занятия в спортивных кружках

Спортивные кружки организуют, исходя из наличия подготовленных руководителей и из того, какой материально-технической базой и каким спортивным инвентарем располагает лагерь. Кроме педагога по физической культуре и инструктора по плаванию занятия проводят вожатые, обслуживающий персонал, ребята, имеющие спортивные разряды. Основное содержание занятий - разносторонняя физическая подготовка с учетом специфики избранного вида спорта. Занятия не реже 2 р. в неделю, во второй половине дня, по плану, разработанному руководителем кружка [14].

#### Спортивные соревнования

Спортивные соревнования - неотъемлемая часть работы по физическому воспитанию в оздоровительном лагере [14].

В процессе их проведения решают следующие задачи [14]:

1. дать каждому ребенку возможность проверить и оценить свои знания, умения, физическую подготовленность;
2. помочь ребятам улучшить свою физическую подготовленность, спортивную форму;
3. доставить детям чувства радости.

Семь условий, обязательных для успешного мероприятия

1. своевременное ознакомление с положением о соревнованиях вожатых, детей;
2. простота организации соревнований и системы зачета, что позволяет привлекать к проведению соревнований не только взрослых, но и детей;
3. красочность оформления и своевременность подготовки мест соревнований;
4. быстротечность, длительные соревнования утомляют детей, снижают интерес к ним;
5. обеспечение квалифицированного судейства;
6. соблюдение участниками техники безопасности и правил проведения;
7. оперативное подведение итогов соревнований.

#### Физкультурные праздники

Физкультурные праздники обычно посвящают выдающимся событиям в жизни страны, в спорте, знаменательным датам (*традициям лагеря*).

Типичные составные части любого праздника особенно физкультурного, является: торжественное открытие (парад и построение всего лагеря или только участников торжественного открытия) шествие участников; приветственное слово и выступление гостей, массовые физкультурные выступления; выступления лучших спортсменов лагеря и гостей; награждение победителей соревнований; торжественное закрытие праздника [18].

Успех физкультурного праздника во многом зависит от его тщательной организации. Практика показала, что спорт. праздники не должны продолжаться более 1,5-2 ч. Все части программы праздника - спортивную, физкультурно-затейную, зрелищную - необходимо соединить в хорошо продуманном сценарии [18].

#### Закаливание (солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья)

Закаливание - система различных мероприятий, направленных на повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям таких

природных факторов, как холод, тепло, солнечная радиация. В условиях оздоровительных лагерей складываются чрезвычайно благоприятные обстоятельства для закаливания детей с помощью естественных сил природы. При этом закаливание становится эффективным средством физического воспитания детей, способствующим выработке устойчивости организма к простудным заболеваниям, приобретению гигиенических навыков [18].

Система закаливающих процедур строится с учетом следующих принципов [29]:

постепенности (*интенсивность закаливающих процедур должна возрастать постепенно*);

индивидуальности (*следить за переносимостью различных процедур каждым отдельным ребенком*);

систематичности (тренирующий эффект закаливающих процедур возникает лишь при условии регулярных и продолжительных занятий);

сочетание различных видов закаливания (это вырабатывает умения организма приспособляться к различным факторам внешней среды).

#### Закаливание солнцем

Солнечные лучи - сильнодействующее средство. Под воздействием ультрафиолетовых лучей гибнут бактерии и вирусы, находящиеся на теле; улучшается образование в организме витамина Д, который способствует росту и развитию костей, нормальному функционированию нервной и мышечной систем [29].

Лучше закаливание солнцем начинать при  $t$  в тени не ниже 10 градусов. Лучшее время для приема солнечных ванн с 10 до 12 ч. Лучше всего загорать в движении [29].

#### Закаливание воздухом

Прием воздушной ванны рекомендуется сочетать с ходьбой, подвижными играми, физическим трудом и т. д. Дополнительным полезным

закаливающим мероприятием является сон на свежем воздухе и при открытых окнах ночью.

#### Закаливание водой

**Обтирание.** Рекомендуется проводить ежедневно утром после зарядки. Обтирание производится губкой, мокрым полотенцем или рукой, смоченной в воде. Сначала обтирают верхнюю часть туловища: кисти, предплечья, шею, грудь, спину, затем-нижнюю. После этого все тело растирают сухим полотенцем. Продолжительность не превышает 30 сек. в дальнейшем до 2-3 мин [29].

**Обливание.** Это более эффективный вид закаливания. Обливание проводится водой  $t$  25-30. После обливания тело энергично растирают полотенцем [29].

**Купание.** Купание является не только наиболее сильной и полезной закаливающей процедурой, но и самой приятной. Чем холоднее вода, тем короче должна быть процедура. Во время закаливания нельзя допускать, чтобы ребенок чувствовал неприятный озноб, чтобы появилась *«гусиная кожа»*. При возникновении таких ощущений вместо ожидаемого эффекта закаливания могут развиваться острые и хронические заболевания верхних дыхательных путей, почек, суставов [29].

Хороший, закаливающий эффект оказывают гигиенические процедуры, умывание холодной водой до пояса и мытье ног холодной водой.

Туризм, походы, экскурсии являются одной из увлекательных и любимых детьми массовых форм физкультурно- оздоровительной работы. Туризм имеет большое общеобразовательное и воспитательное значение, является активным отдыхом, хорошим закаливающим средством, оказывает благотворное влияние на сердечно-сосудистую и нервную системы, создает хорошее настроение, постоянную смену впечатлений, способствует укреплению и развитию дружбы между детьми. Нужно, прежде всего, разработать интересный маршрут, составить план похода и провести

большую организационную подготовку с участниками и руководителями похода. В однодневном походе участвуют дети с 9 летнего возраста [30].

Таким образом. Можно сделать вывод о том, что формы и методы физкультурно- оздоровительной работы в детских оздоровительных лагерях достаточно разнообразны, необходимо тщательно готовить намечаемые мероприятия и следить, чтобы они соответствовали физической подготовленности детей.

### **1.3 Организационно - педагогические условия организации и эффективности физкультурно - оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях**

Изучение состояния исследуемой проблемы в педагогической теории возволило нам определить организационно-педагогические условия, которые, на наш взгляд, будут обеспечивать эффективность работы по организации физкультурно- оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.

К таким условиям нами отнесены:

- увеличение объема двигательной активности детей в период их пребывания в детском оздоровительном лагере;
- осуществление в ходе режимных моментов и между ними больших и малых форм физической активности детей.

Рассмотрим каждое из условий подробнее.

*Первое организационно- педагогическое условие- увеличение объема двигательной активности детей в период их пребывания в детском оздоровительном лагере.*

В настоящее время ученые и педагоги указывают на необходимость решения проблемы оздоровления населения Российской федерации,

особенно подрастающего поколения. В этой связи предпринимаются значительные усилия по модернизации физического воспитания в образовательных учреждениях как важного фактора формирования здоровья у подрастающего поколения. Одним из направлений модернизации является формирование культуры здоровья [3].

Известно, что физические упражнения оказывают положительное воздействие на все системы организма человека и благоприятно влияют на его психическое состояние. В связи с этим можно предположить, что одной из составляющих культуры здоровья является двигательная активность отдельно взятого человека [1].

Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года предполагает включение объема двигательной активности в число нормативных показателей для оценки эффективности работы с населением. В связи с этим становится актуальным изучение величины объема двигательной активности у современных школьников.

Раскроем определения понятия «активность», «двигательная активность».

По мнению В.П. Дудьева, активность - деятельное состояние организма как условие его существования и поведения. Активное существо содержит в себе источник активности, и этот источник воспроизводится в ходе движения. Активность проявляет себя в активации различных рефлексов, поисковой активности, произвольных актах, воле, актах свободного самоопределения. [12].

Таким образом, активность это всеобщая характеристика живых существ, их собственная динамика как источник преобразования или поддержания ими жизненно значимых связей с окружающим миром.

О.В Головин считает, что двигательная активность - естественно биологическая, социально обусловленная потребность организма ребенка в движении, от степени удовлетворения которой зависит состояние его физического и психического здоровья [8].

Двигательная активность способствует нормальному развитию центральной нервной системы, улучшению памяти, процессов обучения, нормализации эмоционально-мотивационной сферы, улучшению сна, возрастанию возможностей не только в физической, но и в умственной деятельности. [8]

Таким образом, под двигательной активностью мы понимаем биологическую потребность организма в движении, от степени, удовлетворения которой зависит уровень здоровья детей, их физическое и общее развитие.

Деятельность с активным физическим компонентом позволяют решить целый комплекс важных вопросов в работе с детьми. Во-первых, удовлетворить их потребность в движении и стабилизировать эмоции, во-вторых, научить их владеть своим телом, а также развить не только физические, но и умственные и творческие способности. Формы двигательной активности детей могут быть разные: от гимнастики и физкультминуток на уроках до культурно-массовых спортивных мероприятий. Проблема двигательной активности современного школьника достаточно актуальна. Сегодня современный ребенок ведет сидячий образ жизни. Компьютерные игры, Интернет, смартфон лишают ребенка физической активности. И одним из способов восстановления физической активности являются уроки физкультуры в школе, а летом - активная физическая активность на дачном участке или деятельность в детском оздоровительном лагере [6].

Массовой формой оздоровления детей в нашей стране являются оздоровительные учреждения (санатории, лагеря, центры и другие), где успешно сочетаются разнообразные формы физической активности с оздоровительными мероприятиями, что, безусловно, благоприятно сказывается на состоянии здоровья подрастающего поколения [6].

Эффективное и качественное проведение здоровьесберегающих мероприятий в этих учреждениях обеспечивается [15]:

- созданием оптимальных условий для пребывания детей, соответствующих санитарно-гигиеническим нормам;
- использование разнообразных форм двигательной активности;
- формирование у ребенка культуры и навыков здорового образа жизни;
- широким использованием различных методов оздоровления: гигиенических, физкультурных, психопрофилактических с учетом соматических, половых и возрастных особенностей детей.

Несмотря на то, что в последнее время было разработано большое количество рекомендаций, посвященных способам организации здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных учреждениях, в литературе единично встречаются рекомендации по организации здоровьесберегающей деятельности в детских оздоровительных лагерях. Не отлажены механизмы социального партнерства этих образовательных учреждений с другими ведомствами, заинтересованными в решении проблемы здоровья детей и подростков [10].

*Второе организационно - педагогическое условие- осуществление в ходе режимных моментов и между ними больших и малых форм физической активности детей.*

Режим дня - рационально построенный режим жизнедеятельности конкретного человека, с учетом необходимых и возможных условий обеспечивает ему высокий уровень здоровья и благополучия в сферах социального, семейного, профессионального и культурного бытия.

К физкультурным мероприятиям в ходе режима, то есть мероприятия входящие в ежедневный распорядок дня и в той или иной мере обязательны для всех ребят, дня относятся [27]:

- утренняя гимнастика;
- солнечные ванны;
- воздушные ванны;
- купание.

Утренняя гимнастика. Каждый ребенок пробовал дома делать зарядку, но, к сожалению, немногие заставляют себя включать ежедневно гимнастику в распорядок дня [27].

Одна из задач ежедневной утренней гимнастики в оздоровительном лагере- привить ребятам устойчивый интерес и привычку продолжать её выполнение дома. Зарядка должна способствовать организованному началу дня [27].

Руководители утренней гимнастики должны иметь необходимые знания и опыт для того чтобы зарядка решала такие важные задачи, как укрепление здоровья, закаливание организма, воспитание воли [27].

Солнечные ванны. Солнечные ванны усиливают рост, улучшают обмен веществ, состав крови, защитные свойства кожи. Под влиянием солнечного облучения повышается работоспособность, улучшается настроение. Но нужно помнить, что злоупотребление солнечными лучами способствует перегреванию организма, появлению вялости, головных болей, потере аппетита и сна. А чтобы солнце принесло только пользу, вожатый с отрядом должен соблюдать определенные условия [27].

Солнечные ванны проводятся в оздоровительном лагере под руководством медицинского персонала и инструктора по физической культуре. Вожатые в этом принимают непосредственное участие. Отряду необходимо иметь постоянное место, где обычно проводятся солнечные ванны. Во время приема солнечных ванн все дети должны иметь легкие головные уборы из светлых тканей. Дозирование времени легко контролируется. В первые дни продолжительность солнечных ванн не должна превышать 4–6 мин., а к концу смены может быть увеличена до 35–40 мин [27].

**Воздушные ванны.** Зарядка проводится в любую погоду, а одеждой, как мы уже говорили, должны быть шорты, майка и кеды (мальчики без маек). И если даже утро не очень теплое, опасаться простуды нечего: ведь

зарядка проходит сравнительно быстро и в движении. В таком же костюме следует проводить и другие физкультурные занятия, и состязания [27].

Для приема воздушных ванн можно использовать прогулки и игры. Например, во время прогулки в пасмурную погоду предложить снять рубашки и погулять таким образом в течение 10–15 мин.

На завтра эта «доза» может быть увеличена на 3–5 мин. в зависимости от силы ветра и температуры. Но ни в коем случае нельзя доводить детей до озноба, и поэтому нужно помнить, что различные физкультурные упражнения и пробежка помогут избежать этого состояния.

Во-первых, тренировку получают не только мышцы, внутренние органы, но и сосуды кожи. Они реагируют на изменения внешней среды: температуру, влажность, повышается устойчивость к сквознякам [27].

Во-вторых, через кожу происходит значительная часть газообмена. Значит, организму предоставляется дополнительная возможность «дышать».

Чтобы и ночной сон способствовал закаливанию, воздух в спальне должен быть постоянно свежим. Вожатый всегда присутствует, когда ребята ложатся спать, и проверяет состояние помещения.

Купание. В малой медицинской энциклопедии купание- это водная гигиеническая и лечебно- профилактическая процедура, заключающаяся в погружении в природный водоем или искусственный бассейн в сочетании с активными движениями в воде [23].

Купание одно из самых любимых мероприятий в детском лагере, это прекрасное средство укрепления здоровья и закаливания. Проводить купание обязательно под руководством инструктора по физической культуре, так же во время купания так же должны присутствовать [22]:

- медицинский работник (с медикаментами, для оказания помощи);
- вожатые и воспитатели

В оздоровительном лагере, где нет возможности организовывать купание из-за отсутствия водоемов, нужно устраивать душевые установки в достаточном количестве, чтобы все дети могли принять водную процедуру

или организовывать обливание. Следует учесть, что вода в этих случаях будет холоднее, чем в реке или озере, поэтому и дозировка должна быть небольшой. Как и на купание, дети являются организованно по отрядам, имея с собой полотенце для растирания тела. Нет необходимости подогревать воду для мытья ног в вечернее время. Тогда эта процедура может преследовать не только гигиенические цели, но и быть закаливающим средством [23].

На опыте долголетней организации детских лагерей отдыха наметилась определённая система в организации физического воспитания [17]:

1. **Отрядная физкультурная работа.** Сюда входят отрядные физкультурные занятия, сборы отрядов с физкультурной тематикой, прогулки, экскурсии, походы, игры на местности.

2. **Физкультурно-спортивная работа.** Сюда входят спортивные конкурсы, соревнования по различным видам спорта, подвижные спортивные игры, соревнования по многоборьям, турнир по настольному теннису, бадминтону, шахматам, шашкам, товарищеские встречи, спартакиады.

3. **Учебно-тренировочные занятия кружков (секций), команд по разным видам спорта.** В период летних каникул дети, занимающиеся в ДЮСШ и в школьных секциях, нередко должны временно прерывать занятия. Под руководством инструктора по физической культуре, вожатых для них организуются команды, кружки, в которые, несомненно, могут войти и физически подготовленные ребята.

4. **Общественно полезные формы труда.** Большинство лагерей выезжает на одно и то же место. С годами такие лагеря имеют возможность подготовить комплекс спортивных площадок, сооружений, спортивный инвентарь.

5. **Агитационно-пропагандистская работа.** Детям многое полезно знать: о пользе систематических занятий физическими упражнениями, о пользе утренней гимнастики, о лучших российских и зарубежных спортсменах, об олимпийских играх, о спортивных событиях в лагере, стране и мире, о новых рекордах, о видах спорта и т. д.

Работа с детьми в летних оздоровительных лагерях должна строиться как решение задач, обеспечивающих возникновение новых детских и подростковых сообществ, объединенных не только симпатиями друг к другу, но и содержательными интересами, которые сохраняются и после «летнего сезона». Через создание устойчивых групп детей, не только начинающих заниматься спортом в летних оздоровительных лагерях, но и способных сохранить этот интерес и продолжить занятия в зимнее время в секциях и кружках детско-юношеских спортивных клубов и школ, возможно достижение и усиление данного эффекта [17].

Таким образом, детский оздоровительный лагерь- своеобразное оздоровительное учреждение, в котором реализуются одновременно оздоровительные и воспитательные функции в рамках создаваемого временного детского объединения, обладающего значительным потенциалом для социального воспитания детей.

### **Выводы по первой главе**

Нами был проведен анализ состояния и развития проблемы организации и эффективности физкультурно- оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.

Мы уточнили статус такое понятие как «детские оздоровительные учреждения». Согласно федеральному закону «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 21.12.04 № 170 ФЗ статус детских оздоровительных учреждений - это "организация отдыха детей и их оздоровление - детские оздоровительные лагеря (загородные оздоровительные лагеря, лагеря дневного пребывания и другие), специализированные (профильные) лагеря, (спортивно-оздоровительные лагеря, оборонно-спортивные лагеря, туристические лагеря, лагеря труда и

отдыха, эколого-биологические лагеря, технические лагеря, краеведческие и другие лагеря), оздоровительные центры, базы и комплексы, иные организации независимо от организационно-правовых форм и форм собственности, основная деятельность которых направлена на реализацию услуг по обеспечению отдыха детей и их оздоровления" [12].

Мы выяснили, что физическое воспитание в лагере направлено на развитие следующих задач:

- укрепление здоровья, содействие разностороннему физическому развитию, закаливанию детей;
- совершенствование у школьников умений и навыков в естественных видах движений (особенно в плавании) жизненно важных физических качеств;
- содействие формированию привычки к систематическому использованию средств физического воспитания в целях собственного оздоровления и физического совершенствования.

Так же мы рассмотрели формы и методы физкультурно-оздоровительной работы и пришли к выводу, что они достаточно разнообразны, необходимо тщательно готовить намечаемые мероприятия и следить, чтобы они соответствовали физической подготовленности детей.

Изучение состояния исследуемой проблемы в педагогической теории позволило нам определить организационно-педагогические условия, которые, на наш взгляд, будут обеспечивать эффективность работы по организации физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях [14]

К таким условиям нами отнесены:

- увеличение объема двигательной активности детей в период их пребывания в детском оздоровительном лагере;
- осуществление в ходе режимных моментов и между ними больших и малых форм физической активности детей.



## **Глава 2 Опытнo-поисковая работа по организации физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях**

### **2.1 Цель и задачи опытнo-поисковой работы**

В первой главе нами были рассмотрены формы и методы физкультурно-оздоровительной работы в детских оздоровительных лагерях, выделены задачи оздоровительной работы, организационно-педагогические условия организации и эффективности физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.

Результаты проведенного нами теоретического исследования требуют опытнo-поисковой проверки выдвинутой нами гипотезы.

Цель опытнo-поисковой работы: обосновать эффективность физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.

Задачи опытнo-поисковой работы:

1. Уточнить сущность понятия, физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.
2. Выявить эффективность педагогических условий организации физкультурно-оздоровительных мероприятий.
3. Опытнo-поисковым путем обосновать эффективность реализации физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.

В соответствии с поставленными задачами опытнo-поисковая работа осуществлялась в три этапа: констатирующий, формирующий и обобщающий.

Опытнo-поисковая работа проводилась на базе детского спортивно-оздоровительного лагеря «Олимпиец». Исследование проводилось в летний период в 2017 году, с участием 56 детей старшего школьного возраста.

В ходе изучения опыта работы детского оздоровительного лагеря мы побеседовали с руководителем, вожатыми, воспитателями, инструкторами по физической культуре, проанализировали документы по физкультурно-оздоровительной и массово спортивной работе. Мы выяснили, что при заезде в лагерь инструктор по физической культуре обязан обследовать место для проведения мероприятий на предмет инородных тел, знать должностную инструкцию, правила внутреннего трудового распорядка, традиции детского оздоровительного лагеря.

На констатирующем этапе исследования для изучения интересов и склонностей детей, для изучения складывающихся взаимоотношений в коллективе, влияния физических упражнений на физическое развитие личности ребенка.

Обладая вышеперечисленными данными, инструктор физической культуры может спрогнозировать эффективность физкультурно-оздоровительных мероприятий

Существуют следующие виды диагностики в лагере.

1) Предварительная диагностика.

Предварительная диагностика проводится до начала смены или в организационный период.

Цель: выявить интересы и ожидания детей; их индивидуальные личностные особенности в последующем учетом их при работе по программе.

Формы: анкета родителей (для изучения особенностей детей); анкета детей (изучение интересов, ожиданий); медицинская карта (информация о состоянии физического здоровья и противопоказаниях).

2) Текущая диагностика.

Текущая диагностика проводится в основной период смены.

Цель: отслеживать эмоциональное состояние и физическое развитие детей в течение смены. Если есть необходимость – корректировка программы с учетом полученных данных.

Формы: опросники, тесты; ежевечерняя анкета; цветопись; наблюдение; тестирование двигательных качеств

### 3) Итоговая диагностика.

Итоговая диагностика проводится в заключительный период смены.

Цель: соотнести полученные результаты с целями и задачами программы смены.

Формы: анкетирование, наблюдения, тестирование.

### 4) Проблемная диагностика

Проблемная диагностика проводится в случае возникновения проблемной ситуации, конфликта.

Цель: выявить проблемы во взаимоотношениях в коллективе в целом или коллектива с отдельным ребенком с последующим выходом из данной ситуации.

Формы: наблюдение, беседа, огонек «анализ дня».

Для выявления эффективности организации физкультурно-оздоровительных мероприятий была использована анкета по 16 вопросам.

На вопросы, касающиеся организации физкультурно-оздоровительной работы, получены следующие положительные ответы:

1. Желание участвовать в физкультурно-оздоровительных мероприятиях 87%
2. Желание совершенствовать свои двигательные качества 74%
3. Желание увеличить суточную двигательную активность за счет занятий в секциях 68%
4. И желание поддерживать связь с инструктором физической культуры 59%.

Данные анкеты представлены на рисунке 1.

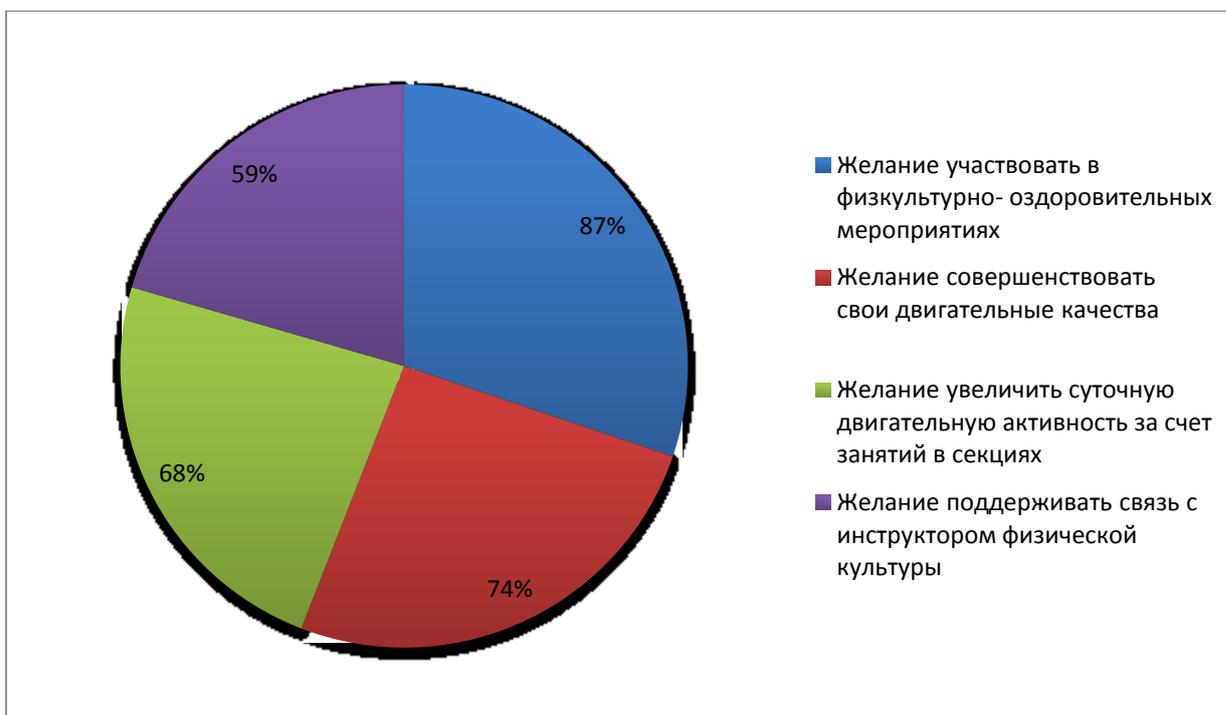


Рисунок 1 Результаты ответов на вопросы, касающиеся организации физкультурно-оздоровительной работы

Так же опрос детей выявил, что физкультурно-оздоровительные мероприятия, ориентированные на познавательную деятельность, а именно флешмоб «Движение-это жизнь», «Покажи себя в движении, заслужи уважение», способствуют формированию здорового стиля жизни, и вызывают не поддельный интерес у детей.

## 2.2 Основные направления работы по организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях

На формирующем этапе опытно- поисковой работы нами проводилась апробация организационно- педагогических условий эффективности физкультурно- оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.

Частью системы физического воспитания является секционная спортивная работа, но она может не быть принятой к проведению.

Спортивные секции организуют, исходя из наличия подготовленных руководителей и из того, какой материально-технической базой и каким спортивным инвентарем располагает лагерь. Кроме педагога по физической культуре и инструктора по плаванию занятия могут проводить вожатые, ребята, имеющие спортивные разряды.

Занятия в секциях проводятся не реже двух раз в неделю, во второй половине дня, по плану, который разрабатывается руководителем секции.

Спортивные секции комплектуются в первые дни заезда в лагерь и работают по различным видам спорта, с учетом интересов ребят и возможностей лагеря.

В них могут участвовать все желающие. Прошедшие медосмотр и имеющие допуск врача к занятиям. Инструктор по физической культуре самостоятельно определяет содержание учебного материала, методы и средства обучения, оздоровления и воспитания, способы организации занятий в соответствии: с задачами занятий в спортивных секциях; возрастными особенностями контингента занимающихся; материальными и организационными условиями проведения занятий.

В первые три дня пребывания детей в оздоровительном лагере инструктор физической культуры и спорта совместно с вожатыми и воспитателями отрядов определяет, каковы спортивные интересы у воспитанников, насколько физически они подготовлены, какие они знают спортивные и подвижные игры. С этой целью в каждом отряде проводится спортивное занятие, в которое включают различные виды двигательной активности (бег, прыжки, игры с мячом). В соответствии с физической подготовленностью и возрастом ребят уточняются программы занятий физкультурой и план лагерных соревнований, представленный в таблице 2.

Таблица 2 План лагерных спортивных мероприятий

№ п/п	Название мероприятия	Ответственный
1	Блиц турнир по мини- футболу и пионерболу	Инструктор по физической культуре, вожатые, воспитатели
2	Отрядная спартакиада «Быстрее, выше, сильнее»	Инструктор по физической культуре, вожатые, воспитатели
3	Туристическая эстафета (полуфинал)	Инструктор по физической культуре, вожатые, воспитатели
4	Соревнования по настольному тенису	Инструктор по физической культуре
5	Соревнования по дартсу	Инструктор по физической культуре
6	Соревнования по пионерболу	Инструктор по физической культуре
7	Соревнования по настольному хоккею	Инструктор по физической культуре, вожатые, воспитатели
8	Шахматно- шашечные турниры	Инструктор по физической культуре, вожатые, воспитатели
9	Соревнования по футболу	Инструктор по физической культуре
10	Флешмоб «Движение-это жизнь»	вожатые, воспитатели
11	Соревнования по спортивной игре «Перестрелка»	Инструктор по физической культуре, вожатые, воспитатели
12	Общелагерная спартакиада «Олимпийские игры»	Инструктор по физической культуре, вожатые, воспитатели
13	Соревнование родители- дети	Инструктор по физической культуре, вожатые, воспитатели
14	Флешмоб «Покажи себя в движении, заслужи уважение»	вожатые, воспитатели
15	Спортивные соревнования «Веселые старты»	Инструктор по физической культуре, вожатые, воспитатели
16	Туристическая эстафета (финал)	Инструктор по физической культуре, вожатые, воспитатели
17	Спортивные игры «Вожатые- дети»	Инструктор по физической культуре, вожатые

Таким образом, спортивно массовые мероприятия представленные в таблице, были направлены на эффективное физкультурно- оздоровительное

сопровождение детей, а также на совершенствование двигательных качеств детей.

Для увеличения суточной двигательной активности детей каждое утро проводилась зарядка.

Выделяют несколько основных правил при проведении утренней гимнастики:

1. Перед началом зарядки настройся. Проводить зарядку нужно в хорошем настроении.

2. Выход на зарядку не нужно затягивать. Поэтому выход на зарядку обеспечивают все вожатые, стоящие на отряде.

3. Если несколько человек уже вышли на зарядку, проводящий присоединяется к ним, а остальные продолжают торопить детей. При этом агрессия неприемлема. Только шутка и драйв.

4. Зарядка начинается с приветствия. Это обязательный «обряд включения». Как правило, уже на второй раз отряд отвечает дружно и четко.

5. Ни одно упражнение не делается меньше трех и более пяти раз. Зарядка не должна «зависать», поэтому следи за темпом.

6. Давая команду, не переходи к следующему действию, пока она не выполнена. Здесь важно не вывалиться из «позитива». При наличии «косящих и забивших», имеет смысл шутка, настойчивость и «укоризненный взгляд» до выполнения. Как правило этого достаточно. Но если ребенок сознательно идет на конфликт, то его игнорируешь, но при этом «выделяешь» из группы, в крайнем случае, выводешь в сторону. Это уже конфликт, решать его имеет смысл вне рамок «зарядки».

7. У детей в ходе зарядки есть потребность в «обратной связи». Не ленись похвалить, одобрить, улыбнуться в ответ.

8. Зарядка заканчивается приветствием. «подняли левую руку, подняли правую и похлопали друг другу. Всем спасибо!»

Данные правила позволят поддерживать связь с инструктором по физической культуре, вожатым.

Для проведения зарядки допускается использование широкого диапазона музыки: от классики до современных ритмов. Следует подбирать музыку в соответствии с тематикой зарядки.

Зарядка строится как и любая тренировка, условно делится на три части: подготовительную, включающую разогревающие упражнения, основную- включающую интенсивные упражнения для всех частей тела, бег, прыжки, игры, эстафеты и заключительную, направленную на снижение нагрузки.

В физической культуре есть так называемый «скелет» или схема упражнений для любой зарядки, которая может дополняться своими упражнениями:

- Первое упражнение – поднятие рук вверх или в стороны. Это упражнение помогает выпрямить позвоночник, улучшить кровообращение в мышцах плечевого пояса и рук.

- Второе упражнение – приседания. Это упражнение для укрепления мышц ног, увеличения подвижности суставов ног и улучшения кровообращения.

- Третье упражнение – различные наклоны вперед назад, вверх вниз. Это упражнение укрепляет мышцы туловища, спины и живота, увеличивает подвижность и эластичность позвоночника, улучшает деятельность органов брюшной полости.

- Четвертое упражнение – отжимание: мальчики от пола, а девочки от стола или скамейки. Это упражнение развивает мышцы рук и плечевого пояса.

- Пятое упражнение – наклоны в стороны. Это упражнение усиливает боковые мышцы туловища и повышает тонус брюшной полости.

- Шестое упражнение – маховые движения ногами и руками. Это упражнение увеличивает подвижности суставов рук и ног.

– Седьмое упражнение – прыжки и бег (можно на месте). Это упражнение усиливает обмен веществ в организме, повышает деятельность органов дыхания и кровообращения.

– Восьмое упражнение – последнее, медленные шаги на месте и взмахи руками вверх и вниз. Это упражнение для успокоения дыхания.

Для того чтобы утрення гимнастика была интересной, рекомендуется заменять комплексы упражнений с постепенным их усложнением ( за одну лагерную смену не менее двух-трех комплексов).

Занятия физической подготовкой в отрядах и звеньях, строятся на основе освоения техники и навыков движения в различных видах спорта, в том числе: легкой атлетике, плавании, гимнастике, играх, преодолении полосы препятствий, туризме и т. д. В занятия включаются также упражнения на местности. Занятия должны отличаться разнообразием в подборе упражнений, эмоциональностью, строгой дозировкой нагрузки, соответствовать возрасту, полу и физической подготовленности детей. Закаливание. При проведении закаливающих процедур (солнечные ванны, воздушные ванны, водные процедуры) должны соблюдаться: последовательность в приучении организма к изменениям температуры воздуха и воды, постепенность в дозировке, строгий учет характера закаливающих процедур[22].

Закаливание детей следует начинать с воздушных ванн с первого дня пребывания в лагере. Воздушные ванны проводятся в тени при температуре воздуха не ниже 18 - 19 градусов, форма одежды: трусы у мальчиков, трусы и майки без рукавов (купальники) у девочек.

В системе спортивно-массовой работы в условиях оздоровительного лагеря формы оздоровительной и спортивной секционной работы являются частью системы физического воспитания и не должны быть раз и навсегда предложенными и принятыми к проведению. Они видоизменяются в зависимости от стоящих на определенном этапе развития воспитательной системы лагеря педагогических задач в области физического воспитания и их

востребованности детьми. А также дополняются современными технологиями общей физической подготовки (ОФП) и оздоровления.

### 2.3 Анализ результатов опытно-поисковой работы

Целью обобщающего этапа является проверка эффективности деятельности по организации физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.

Для диагностики нами были использованы те же методики. Что и на констатирующем этапе эксперимента.

Дети ответили на вопросы итоговой анкеты:

1.Какие физкультурно-оздоровительные мероприятия в лагере тебе запомнились больше всего? Почему?

2.Какие физкультурно-оздоровительные мероприятия тебе понравились? Почему?

3.В каких физкультурно-оздоровительных мероприятиях ты не принял участие, хотя хотел?

4.Если бы ты еще раз приехал в наш лагерь, чтобы ты хотел изменить?

5.Чему новому ты научился в нашем лагере? Кто помог тебе в этом?

6.С кем из взрослых тебе было легче всего общаться?

7.Приобрел ли ты друзей в лагере, занимаясь физической культурой и спортом?

8.Хотел бы ты с кем-нибудь продолжать общаться после лагеря?

9.Чтобы ты хотел рассказать друзьям о физкультурно-оздоровительных мероприятиях в детском оздоровительном лагере?

10.Хочешь ли ты сказать «спасибо»? Кому и за что?

11.Продолжи предложение «Мои впечатления от занятий физической культурой и спортом...»

12.С каким настроением ты посещал лагерь?

13.Хотел бы ты посетить еще раз наш лагерь?

14. Посоветуешь ли ты поехать на смену своим друзьям?

15.Что обязательно должно быть в лагере?

16.Что тебе не понравилось?

По результатам анкетирования можно сделать следующие выводы:

- 1) 92 % детей хотели бы еще раз посетить детский оздоровительный лагерь
- 2) Положительные результаты на вопросы дают большее количество детей.
- 3) На вопрос какие физкультурно- оздоровительные мероприятия в лагере тебе запомнились больше всего? 70% детей ответило, что больше всего им понравилась общелагерная спартакиада «Олимпийские игры», 15% детей выделили спортивную игру «Перестрелка», как одну из понравившихся.
- 4) 40% детей после лагеря хотят продолжить общение.

Таким образом, по итогам опытно- поисковой работы можно отметить, что за время реализации программы оздоровления детей в детском оздоровительном лагере были достигнуты положительные результаты.

### **Выводы по второй главе**

На констатирующем этапе опытно- поисковой работы мы изучали вопросы, касающиеся организации физкультурно- оздоровительной работы в детских оздоровительных лагерях. Анализ полученных результатов позволил нам выделить наиболее актуальные направления для работы с детьми. Выделение данных направлений позволило нам оптимизировать средства физического воспитания детей в детских оздоровительных лагерях.

Были подобраны мероприятия, с оздоровительным эффектом, которые отразились в общелагерной сетке мероприятий.

Летнее время, время отдыха в летнем оздоровительном лагере, и его необходимо в полной мере использовать для занятий физической культурой и спортом.

Работа по физическому воспитанию в оздоровительном лагере должна способствовать формированию у детей моральных и волевых качеств, воспитанию любви к Отечеству, чувства патриотизма, а также осознание ребенком необходимости здорового образа жизни, что на сегодняшний день важнее, чем непосредственный оздоровительный эффект всех мероприятий лагерной смены.

На обобщающем этапе проводилось итоговое анкетирование детей, делались выводы по работе в период летней смены.

## Заключение

Детский оздоровительный лагерь- своеобразное оздоровительное учреждение, в котором реализуются одновременно оздоровительные и воспитательные функции в рамках создаваемого временного детского объединения, обладающего значительным потенциалом для физического воспитания детей.

Согласно федеральному закону «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 21.12.04 № 170 ФЗ. Отдых детей и их оздоровление- это совокупность мероприятий, обеспечивающих развитие творческого потенциала детей, охрану и укрепление их здоровья, профилактику заболеваний у детей, занятие их физической культурой, спортом и туризмом, формирование у детей навыков здорового образа жизни, соблюдение ими режима питания и жизнедеятельности в благоприятной окружающей среде при выполнении санитарно-гигиенических и санитарно-эпидемиологических требований».

В начале исследования была поставлена цель: разработать и теоретически обосновать эффективность физкультурно-оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.

В ходе исследования были рассмотрены такие понятия как «здоровье», «детский оздоровительный лагерь», « активность», «двигательная активность», что позволило подобрать наиболее эффективные организационно педагогические условия организации и эффективности физкультурно- оздоровительных мероприятий в детских оздоровительных лагерях.

На констатирующем этапе опытно- поисковой работы мы изучали вопросы, касающиеся организации физкультурно- оздоровительной работы в детских оздоровительных лагерях. Анализ полученных результатов позволил нам выделить наиболее актуальные направления в работе.

На обобщающем этапе проводилось итоговое анкетирование детей, делались выводы по работе в период летней смены.

### Библиографический список

1. Амосов Н. М. Раздумья о здоровье/ Н. М Амосов.- Кемерово: Кемеровское книжное издательство.- 1981.-176 с.
2. Артемьев А. А. Организационно- педагогические условия физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительно-образовательном центре// Сибирский педагогический журнал.- 2009.- 355 с.
3. Байбородова Л. В. Воспитательная работа в детском загородном лагере/ Л.В. Байбородова, М. И. Рожков.- Ярославль: Академия развития.- 2003.-256 с.
4. Беляков Н.Т. Стань сильным, ловким и выносливым/ Н.Т. Беляков.- М.: Физкультура и спорт.- 1984. -126 с.
5. Вайнбаум Я. С. Гигиена физического воспитания и спорта/ Я. С. Вайнбаум.-М.: издательский центр «Академия».-2002.-240 с.
6. Васин Ю. Г. Физические упражнения основа профилактики ожирения у детей/ Ю.Г. Васин.- Киев: Здоровье.- 1981.-90 с.
7. Волгунов В. В. Организация детского отдыха в оздоровительном лагере: социально- педагогический аспект // Вестник Вятского государственного университета.- 2009.- С 16-19
8. Волгунова В.А., Зайкин М. И. Воспитательная среда детского оздоровительного лагеря: модель, принципы и условия формирования.- Н. Новгород: Растр-НН.- 2005.- С 59
9. Газман О. С. Педагогика свободы: Путь в гуманистическую цивилизацию XXI в. //Новые ценности образования: Забота-поддержка-консультирование. Выпуск № 6.- М: Инноватор.-1996.- С 10-38
10. Головин О. В. Двигательная активность дошкольников: учебное пособие/ О. В. Головин.- Новосибирск: Изд-во ГЦРО.- 2009.- 304 с.
11. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта/ Е. Н. Гогунев.- М: Издат. Центр «Академия».- 2000.-288 с.

12. Григоренко Ю.Н. Кипарис: Учебное пособие по организации детского досуга в лагере и школе/ Ю. Н. Григоренко, У. Ю. Кострецова.- М: Педагогическое общество Россия.- 238 с.
13. Детский лагерь как социально- культурный институт// Научный поиск: Сб. студенческих научных работ. Под ред. И.Г. Абрамовой.-СПб.: ИСГУ.-2006.- С. 36-38.
14. Дудьев В.П. Психомоторика: словарь-справочник/ В. П. Дудьев.- 2008
15. Доклад рабочей группы Совета при Президенте Российской Федерации по науке, технологиям и образованию «Школа- 2020. Какой мы ее видим?».- М.:2008.- 23 с.
16. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно – методической деятельности в физической культуре и спорте. М.: издательский центр «Академия» 2000г. –264с
17. Жуков В.Г. Здоровье. Как его оценить? (Факторная концепция)/ В.Г. Жуков.- Екатеринбург: Центр интеллектуального развития молодежи, - 1997. - 70 с.
18. Загородный летний лагерь. /Сост. С.И. Лобачёва, В.А. Великородная – М.: ВАКО.- 2006
19. Зуева И. А. Организация физкультурно- оздоровительной и воспитательной работы в летнем лагере/ И. А. Зуева. В.А. Троск.-М.: Феникс.- 1995.-128 с.
20. Ильин Е.П. Психология физического воспитания и спорта / Е. П. Ильин.- М: Просвещение.- 1987.- 287 с.
21. Козлова Ю.В. Теристический клуб школьников: Пособие для руководителя/ Ю. В. Козлова, В. В. Ярошенко.-М: ТЦ Сфера.-2004.-224 с.
22. Койносов В.В. Формирование потребностей в физической культуре у учащихся младшего школьного возраста: Автореф. дис. на соиск. ученой степени канд. лед. наук / Омск. ГИФК.- Омск, 1993.- 21 с.

23. Кузнецова И.В. Формирование здорового образа жизни у детей в условиях загородного детского оздоровительного лагеря// И.В. Кузнецова.- В. Новгород.-2010
24. Крылова Н. Б. Культурная среда детского лагеря// Народное образование.-2000 № 4-5.- С 25-33
25. Лазарева А.Г. Организация жизни детей в летнем лагере /А.Г. Лазарева, З.И. Невдахина, Г.М. Орябинская, Е.С. Туренская// Воспитание школьников.-1998.-№ 2.- С. 17-21
26. Методические рекомендации по совершенствованию воспитательной и образовательной работы в ДОЛ, по организации досуга детей. Приложение № 2 к письму Минобрнауки России от 14.04.2011 № МД-463/06
27. Михайлов Н. Г. Физическая культура в новом формате // Вестник образования: концептуальные основы здорового образа жизни в детской и подростковой среде.- 2011.- № 2.- С 34-40
28. Михайлов Н. Г., Чечельницкая С. Ф. Двигательная активность как показатель культуры здоровья детей дошкольного и школьного возраста // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология.- 2011
29. Модернизация физического воспитания и физкультурно-спортивной работы в общеобразовательной школе/ В. И. Столяров, В. К. Бальсевич, В. П. Моченов, Л. И. Лубышева.- М: Теория и практика физической культуры.- 2009.- 320 с.
30. Мопгыльская Р.Е., Ерусалимский Л.А. Врачебный контроль при массовой физкультурно-оздоровительной работе. М.: Физкультура и спорт, 1980. 96 с.
31. Мудрик А. В. Социальная педагогика: учеб. для студ. пед. вузов/ под ред. В. А. Слостенина 5-е изд, исправленное и дополненное.- М.: Академия.- 2005.-200 с.

32. Мудрик А. В. Общение в процессе воспитания.- М: Пед. о-во России.- 2001.- 211 с.
33. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 января 2006 года № 7 «О Федеральной целевой программе «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы»
34. Программное обеспечение летнего отдыха детей: метод. Пособие/ под общ. ред. Н.Н. Жуковицкой, Н.П. Царевой.- Санкт-Петербург: ЛОИРО.-2012.-70 с.
35. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 года № 1101-р «об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года»
36. Рипа М.Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании/ М.Д. Рипа, И. В. Кулькова.-М: Юрайт.-2017.-158 с.
37. Рипа М.Д., Велитченко В.К., Волкова С.С. Занятия физической культурой со школьниками, отнесенными к специальной медицинской группе/ Рипа М.Д., Велитченко В.К., Волкова С.С. . М.: Просвещение, - 1988.- 138 с.
38. Серова Н.Б. Повышение резерва здоровья учащихся младших классов средствами физической культуры: дис. канд.пед.наук:13.00.04: Челябинск.-2000.-149 с.
39. Солнцев И. А. Значение спорта/ под ред. И.А. Солнцева.- М.: Педагогика.- 2000.-214 с.
40. Сысоева М. Е. Организация летнего отдыха детей. Учебно-методическое пособие .-М.- 1999
41. Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков/А. Г. Сухарев.- М.: Медицина.- 1991. - 272 с.

42. Таран Ю. Н. Каникулы: социально- педагогические ориентиры.- Н. Новгород.- 2006.- С. 23
43. Тартаковский М.С. Нетрадиционная физкультура. М.: Знание, 1986.-64 с.
44. Тихвинский С.Б.Роль физического воспитания в здоровье подростка. - Л.: Педагогика, 1987. - 138 с.
45. Трушкин А. Г. Физкультурно- оздоровительная работа в летних лагерях.-М.: ИКЦ «МарТ».-2006.-199 с.
46. Фомин Н.А. Физиология человека: Учеб. пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин-тов / Н.А. Фомин.- М.: Просвещение, 1982.- 320 с.
47. Фришман И. И. Игровое взаимодействие в детских объединениях.- Ярославль: Издательский дом «Медиум-пресс».- 2000.- С 12
48. Федеральный Закон № 184 от 06.10.1999 г. «Об общих принципах организации законодательных и исполнительных органов государственной власти субъектов Российской Федерации»
49. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 21.12.04 № 170 ФЗ
50. Чеченов Х. Д., Фетисов В. А. Информационно-аналитические материалы по теме «Спорт в школе» // Спорт в школе: актуальные проблемы: библиотека журнала «Вестник образования России».- 2009.- № 6.- С 13-23
51. Шмаков С.А. Нужна ли детскому лагерю идеология?// Народное образование.- 2000.- № 4-5.- С 71
52. Шмаков С. А. Педагогическое табу, или Чего нельзя делать вожатым и воспитателям// проблемы школьного воспитания.- 2000 № 2.- С 40

53. Юриков А. А. Роль общения в развитии детей в лагере// Новые ценности образования: философия и педагогика каникул. Выпуск 8.- М: Инноватор.- 1998.- С 73