

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОЛ «ЮНЫЙ ХИМИК» ГОМЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

В.В. Царун

Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины, Беларусь.
carunvitalii@rambler.ru

Введение. Физическое воспитание в оздоровительном лагере имеет специфические особенности, обусловленные сравнительно коротким периодом пребывания в лагере, разнообразием контингента детей по возрасту, состоянию здоровья, уровню физического развития и физической подготовленности. Эти особенности следует учитывать при организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий [1,2].

Физическое воспитание в детском лагере представляет собой одно из важнейших направлений работы с детьми в период оздоровительного компания и направлено на решение следующих задач:

- укрепление здоровья, содействие физическому развитию и закаливанию детей;
- совершенствование у детей двигательных умений и навыков;
- формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
- содействие формированию санитарно-гигиенических навыков по физической культуре;
- формирование у детей морально-волевых качеств, чувства коллективизма, ответственности, самостоятельности.

Как показывает практика, эффективность физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в детском оздоровительном лагере требуют от специалиста определённых знаний, умений и навыков: знания правил судейства и соревнований, техники безопасности различных мероприятий, умения методически грамотно планировать мероприятия на протяжении всего оздоровительного периода, умения общаться с детьми и педагогическим коллективом и др.

Цель исследования – на основе обобщения опыта работы раскрыть особенности организации физического воспитания в ДОЛ «Юный химик» Гомельской области.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, анализ и обобщение передового опыта инструктора физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в детском оздоровительном лагере, педагогические наблюдения.

Результаты исследования и их обсуждение. Следует подчеркнуть, что результат физкультурно-оздоровительной работы специалиста в детском лагере зависит от своевременной подготовки и правильного планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. Так, работа инструктора в ДОЛ «Юный химик» начинается за 3–5 дней до начала каждого созыва с изучением материально-технической базы лагеря, состоянием спортивных площадок. После тщательной проверки пригодности спортивного оборудования составляется перспективный план на всё лето. План обговаривается со старшим воспитателем, а затем утверждается начальником лагеря. Данный план представлен ниже в статье. После того, как начальник лагеря утвердил план, инструктор составляет индивидуальный план с описанием всех действий на протяжении каждого дня смены.

Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ДОЛ «Юный химик» планируются в зависимости от следующих периодов: адаптационный, период оптимальной работоспособности, период спада работоспособности. Поэтому если сегодня проходит мероприятие большой нагрузки «Туристическая эстафета», то завтра запланировано проведение мероприятия малой нагрузки «Самый

меткий»; если сегодня концерт во второй половине дня, то в первой половине дня следует проводить мероприятие малой интенсивности, например, «Летающая тарелка».

По плану спортивно–массовых мероприятий практически все состязания, за исключением двух–трёх соревнований, проводятся в первой половине дня. Это связано с тем, что во второй половине дня проводятся общелагерные мероприятия, организуемые педагогами–организаторами, аккомпаниаторами, музыкальными работниками: конкурсы, репетиции, концерты и т.д.

В первый день созыва инструктором устанавливается график выдачи отрядам спортивного инвентаря, проводится инструктаж по технике безопасности с воспитателями отрядов, проводится медицинское обследование, в соответствии с которым отдыхающие распределяются по группам здоровья. Списки детей, отнесённых к различным группам здоровья, предоставляются медработниками инструктору. В последний день инструктору, согласно документации, сдаётся весь спортивный инвентарь, который находится в отрядах. Весь инвентарь описывается, и опись со всей отчётной документацией предоставляется начальнику лагеря.

Индивидуальные соревнования («День бегуна», «День прыгуна», «Конкурс скакалочников», «Летающая тарелка») проводятся в зависимости от возраста детей (7–10, 11–13, 14–17 лет), а командные состязания проводятся между детьми разных возрастов. При этом строго учитываются индивидуальные, возрастные и половые особенности детей и подростков, а также уровень их физической подготовленности в следующих мероприятиях: «Весёлые старты», «Пионербол», «Водно–сухопутная спартакиада», «Быстрая фигура», «Туристическая эстафета», «Весёлая спортивная семейка», «В мире спорта», «Экологическая тропа», «Конкурс строя и строевой песни».

При планировании мероприятий за территорией лагеря необходимо учитывать следующее:

- обувь и одежда детей должна соответствовать погодным условиям;
- провести с педагогическим коллективом лагеря инструктаж по ТБ;
- ознакомить воспитателей с маршрутом;
- составить список детей и воспитателей, выходящих за территорию лагеря.

Инструктаж с воспитателями по технике безопасности по всем мероприятиям проводится за день до мероприятия на вечернем заседании педагогического коллектива лагеря. Выход за территорию лагеря организуется с согласования со старшим воспитателем и с разрешения начальника лагеря.

Только работая в тесном взаимодействии с начальником лагеря, старшим воспитателем, педагогами–организаторами, аккомпаниаторами, музыкальными работниками, воспитателями отрядов, можно добиться плодотворной и успешной работы. Поэтому ещё до начала оздоровительного периода педагогическому коллективу лагеря представляется план работы инструктора и обсуждается ряд вопросов:

1. Материально–техническая база лагеря (спортивный инвентарь, спортивные площадки).
2. Техника безопасности во время проведения мероприятий.
3. Методика проведения утренней гигиенической гимнастики. Так, в ДОЛ «Юный химик» проведение утренней гимнастики имеет свои особенности. В первом отряде, который наполняют одни юноши, гимнастику проводит воспитатель–мужчина, а во втором отряде воспитатель женщина или инструктор, так как отряд состоит из одних девушек. В третьем и четвёртом отрядах гимнастику проводит инструктор–методист, в пятом и шестом отряде гимнастику проводит воспитатель или инструктор совместно с аккомпаниатором. Инструктор проводит семинар, на котором рассказывает и объясняет методические особенности проведения утренней гимнастики для всех возрастов.
4. Организация и проведение спортивных праздников. Воспитатели изучают сценарии мероприятий, планируют свои действия.
5. Ознакомление с правилами всех соревнований.
6. Правила участия воспитателей в мероприятиях. Каждый воспитатель, который приводит детей на мероприятие, должен активно включиться в соревновательный процесс, для того, чтобы дети понимали, что отряд и воспитатель одно целое.
7. Подготовка с педагогическим коллективом танцев к различным праздникам лагеря. Воспитатели лагеря на протяжении всего оздоровительного периода участвуют и подготавливают совместно с инструктором различные тематические танцы (народные, бальные, спортивные).

В отрядах, из числа отдыхающих, выбирается по одному физоргу, который будет помощником инструктору при организации и проведении мероприятий.

Ниже приводится сценарий авторского физкультурно–оздоровительного мероприятий «Туристическая эстафета».

Мероприятие «Туристическая эстафета»

Цель: укрепление здоровья детей; выработка жизненно необходимых умений и навыков.

Задачи: 1) способствовать укреплению здоровья детей; 2) развивать ловкость, выносливость, ориентацию в пространстве; 3) формировать у детей умения выхода из трудных ситуаций.

Материалы и оборудование: 2 секундомера, верёвка, спички, хворост, ручки или карандаши, бинт, нитка, сетка (волейбольная), лист бумаги формата А3, картон.

Подготовка и проведение

Перед эстафетой проводится линейка, на которой инструктором объясняются правила и формируются команды разного пола и возраста. Команды нумеруются и уходят на старт в зависимости от порядкового номера. Каждой команде выдаётся путевой лист, в котором указывается номер команды, порядок этапов, время отправления и прихода, карта местности, штрафы, росписи судей на этапах. Старт команд отдельный через 10–12 минут в зависимости от протяжённости маршрута.

Этапы

1. Бурелом (перелезание всей команды через препятствие).
2. Переправа по кочкам (каждому участнику необходимо переправиться по всем пенёчкам, которые располагаются друг от друга на расстоянии 10–15 сантиметров).
3. Оказание первой медицинской помощи при поражениях конечностей и головы (помощь оказывают одному участнику команды).
4. Преодоление водной преграды (все участники команды преодолевают водную преграду любым способом).
5. Разжигание костра (задача участников как можно быстрее вбить подготовленные им колышки, разложить приготовленный хворост, натянуть нитку и развести костёр, и как только нить перегорает, команда может двигаться к следующему этапу).
6. Мышеловка (проползти всем участникам под натянутой на высоте 50–60 сантиметров сетью, не дотрагиваясь её).
7. Устный опрос (командам предлагается ответить на 10 вопросов по теме приметы погоды).
8. Вязка узлов (участникам необходимо завязать на приготовленной верёвке три узла, применяемых в туристической практике: прямой, встречный, заячьи уши).
9. Преодоление гуськом (командам необходимо преодолеть 20 метров в сомкнутой колонне в полном приседе, не расцепляясь и не вставая).
10. Топографические знаки (участники 30 секунд рассматривают плакат с изображением 15 подписанных топонимов, затем называют знаки, демонстрируемые им).

Штрафы

- 1 этап: за каждого, не выполнившего задание 10 секунд штрафа.
 - 2 этап: за каждый не пройденный пенёк участником 10 секунд штрафа.
 - 3 этап за каждую не правильную перевязку 60 секунд штрафа, а за не выполнение задания 3 минуты.
 - 4 этап: не преодоление одного участника – штраф 30 секунд.
 - 5 этап: не выполнение задания за 3 минуты – штраф 4 минуты.
 - 6 этап: за каждое касание сетки – штраф 10 секунд, за не выполнение задания – штраф 40 секунд.
 - 7 этап: за неправильный ответ – штраф 30 секунд.
 - 8 этап: неверный узел – штраф 1 минута.
 - 9 этап: за каждое расцепление, поднятие – штраф 20 секунд, за невыполнение задания – штраф 3 минуты.
 - 10 этап: один неназванный знак – штраф 15 секунд.
- Победитель определяется по времени, затраченному на всю дистанцию и времени штрафов.
- Организация и проведение физкультурно–оздоровительной работы у воды требует от инструктора всё время помнить про технику безопасности и предупреждение травматизма.

Начинать работу специалисту нужно с проверки готовности водоёма. Необходимо осмотреть всю территорию для купания: сход в воду, дно, ограждение.

Как только становится тёплая и солнечная погода, необходимо обязательно проводить водные процедуры. График купания отрядов составляется заранее, который объявляется воспитателям на планёрке.

Таблица – План физкультурно–оздоровительных и спортивно–массовых мероприятий в ДОЛ «Юный химик» на 3 смену (04.08.11–24.08.11 гг.)

Дата	Название мероприятия
4 августа	Выдача спортивного инвентаря, распределение детей по группам здоровья
5 августа	Открытие внутрилагерной спартакиады, игра «Города Беларуси»
6 августа	Турнир по подвижным играм: «Быстрая фигура», «Вьюнок», «Охотники и утки»
7 августа	Весёлые старты (эстафеты)
8 августа	«Летающая тарелка» (индивидуальная)
9 августа	День спортивных игр
10 августа	«Водно–сухопутная спартакиада»
11 августа	День прыгуна («Весёлый кузнечик»)
12 августа	Турнир по пионерболу
13 августа	«Водная олимпиада»
14 августа	Конкурс «скакалочников»
15 августа	Туристическая эстафета
16 августа	«Золотая скакалка»
17 августа	День бегуна («Быстрый заяц»)
18 августа	Пашечный турнир, «Самый меткий»
19 августа	Подготовка к конкурсу строя и строевой песни
20 августа	Конкурс строя и строевой песни, спортивные игры
21 августа	«Экологическая тропа»
22 августа	Турнир по настольному теннису
23 августа	«Весёлая спортивная семейка»
24 августа	Сдача спортивного инвентаря

Выводы. В ходе исследования установлено, что широкое использование физических упражнений, в частности, инновационных форм проведения утренней гимнастики, авторских физкультурно–оздоровительных и спортивно–массовых мероприятий, направленное на повышение двигательной активности детей и подростков, способствует повышению физического состояния отдыхающих.

Литература:

1. Банникова, Т.А. Организационно–методические основы физического воспитания детей в летнем оздоровительном центре: Автореф. дис канд. пед. наук / Т.А. Банникова. – СПб., 1995. – 21с.
2. Организация и проведение массовой физкультурно–оздоровительной работы в пионерском лагере: метод. рекомендации / Сост. Н.И. Дудко. – Минск, 1987. – 42с.