

ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ ПІДХОДИ ЩОДО СПРИЯННЯ ФІЗИЧНОМУ РОЗВИТКУ ДИТИНИ У ЛІТНЬОМУ ОЗДОРОВЧОМУ ТАБОРІ НАМЕТОВОГО ТИПУ ЯК СУСПІЛЬНОЇ ЦІННОСТІ

Петро РИБАЛКО

*Сумський державний педагогічний університет ім. А.С.Макаренка,
Глухівський державний педагогічний університет ім. О.Довженка*

Анотація. Дана стаття присвячена проблемі вивчення специфічних особливостей роботи літнього наметового оздоровчого табору як соціально – педагогічного середовища для фізичного розвитку дітей, формування фізичної активності з метою хоча б частково компенсувати недостатню оздоровчу ефективність шкільної системи фізичного виховання, встановлення у дитячому оточенні здорового культурного способу життя.

Ключові слова: фізкультурно-оздоровча робота, наметовий табір, фізичний розвиток, фізичне виховання

Постановка проблеми. В Україні проблема збереження здоров'я дітей набуває характеру не лише медичного, але й педагогічного, і особливо – соціального. Всеукраїнське вивчення дітей 11-15 років дозволяє виявити тенденцію зростання кількості факторів ризику, які в цілому негативно впливають на стан здоров'я дітей. Це – алкоголь, відсутність фізичної активності, наркозалежність, паління, психологічний дискомфорт, хронічні захворювання, небезпечний секс, надлишкова вага тощо [1]. Можна сказати, що фізичне здоров'я і фізичний розвиток дітей сьогодні значною мірою залежить навіть від того, наскільки оперативно й ефективно педагоги та соціальні педагоги зможуть ізолювати фактори ризику від дитячого середовища, наскільки діти будуть підготовленими морально і фізично загартованими, щоб не включати ці фактори у власне життя [7].

Безперечно, для різних вікових груп дітей названі ризики мають неоднакове значення. Так, у віці 10-15 років домінуючим ризиком є відсутність фізичної активності, а вже в 16 років відсутність фізичної активності ділить перше місце з палінням. Це зумовлює звернення особливої уваги на розвиток фізичної активності дітей, підсилюючи цим водночас їх опір негативним факторам, та пошуку шляхів і умов вдосконалення фізичного стану дітей цього віку [1; 4].

На сучасному етапі розвитку українського суспільства у державних офіційних структурах представників науки посилюється інтерес до проблем оздоровчої фізичної культури. Формування освіченої, творчої особистості, становлення фізичного і морального розвитку людини розглядається як головне завдання сучасної національної освіти, а фізична культура як частина загальної культури [6]. Постійне посилення негативних впливів на організм людини з боку різних факторів ризику призводить не лише до погіршення стану здоров'я окремих людей, але й до зниження фізичного і розумового потенціалу цілих народів. Оздоровча фізична культура в найбільш розвинених країнах посідає помітне місце у профілактиці, компенсації й корекції наслідків впливу несприятливих факторів на здоров'я людей. Основою оздоровчої фізичної культури є здоровий спосіб життя людини, харчування, вчинки і звички [7].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Фізичне виховання як шлях до фізичного розвитку і як частина здорового способу життя розглядалася у працях як зарубіжних вчених (В.Л. Дестафт, М. Фрідман, І.В. Муравов, Д. Стоколс), так і вітчизняних (В.К. Бальсевич, В.В. Дзунь, Л.Я. Іващенко, Є.А. Пирогова, С.Ф. Цвек). Соціально-гігієнічне та лікувально-профілактичне значення рухової активності людини вивчали М.М. Амосов, Я.А. Березин та інші. Багато експериментальні і прикладні дослідження ефективності методик оздоровчої спря-

мованості проводили Л.Я. Іващенко, С.А. Душанін., філософські положення діалектики розвитку і формування особистості, концепції детермінації й інтеграції – про визначення єдності природних і соціальних мотивів людської поведінки, її потреб (Л.С. Виготський, Г.С. Костюк, С.Д. Максименко, А. Маслоу, К. Лоджерс, С.Л. Рубінштейн); наукові положення про системний підхід у розвитку і саморозвитку особистості (І.Д. Бех, М.Й. Борнішевський, О.В. Скрипченко); положення психології про вікові та індивідуальні особливості розвитку дітей шкільного віку (Л.І. Божович, Г.С. Костюк, О.В. Скрипченко, С.Д. Максименко), способу формування в них фізичної культури як один із способів самореалізації і самовдосконалення (Т.С. Апанасенко, Н.В. Андрушук, О.С. Куц); педагогіки – про організацію розвивального середовища, засоби педагогічного впливу на виховання, спрямовані на формування здорового способу життя (В.П. Башков, Ю.А. Короп, В.Я. Махов, І.В. Мурахов, Л.С. Пундик).

Не знижуючи дуже високої цінності даних наукових досліджень соціальне і педагогічне значення поставленої проблеми, відсутність наукових і методичних праць з проблеми починку та оздоровлення дітей та підлітків у літніх наметових таборах і обумовили актуальність нашого дослідження

Об'єктом дослідження є фізичне виховання дітей шкільного віку в літніх оздоровчих наметових таборах.

Предметом дослідження є виявлення особливостей і педагогічних механізмів впливу на фізичний стан дитини в умовах наметового оздоровчого табору.

Метою дослідження є оптимізація системи організації фізичного виховання дітей у літньому наметовому таборі та розробка методології спрямованої на вдосконалення фізично-оздоровчого процесу дітей.

В основі нашої роботи ми припускаємо те, що вивчення специфічних особливостей роботи літнього наметового оздоровчого табору у сучасних умовах дозволить обґрунтувати та визначити комплекс організаційно-методичних механізмів, які зможуть забезпечити підвищення оздоровчої ефективності фізичного виховання.

Відповідно до мети були поставлені такі **завдання**:

- розкрити особливості фізичної підготовки дітей у літньому наметовому оздоровчому таборі;
- виявити організаційні і педагогічні умови діяльності літнього оздоровчого наметового табору як соціально-педагогічного середовища для фізичного розвитку дітей;
- виявити шляхи і розробити механізми оптимальної організації процесу фізичного розвитку дітей, спрямованого на їхнє оздоровлення.

Результати досліджень та їх обговорення. Дослідження проводилися на базі літнього наметового оздоровчого табору скаутських організацій с. Курган Лебединського району Сумської області.

Впровадження педагогічного експерименту, ми мали на меті вдосконалити фізично-оздоровчий процес Літньо оздоровчо наметового табору в системі фізичного виховання дітей.

Організація фізичного виховання, має оздоровчу спрямованість, і потребує задоволення вимог, а саме:

- відповідність змісту, обсягу, інтенсивності рухової діяльності школярів різного віку і статевим особливостям на різних етапах розвитку і в різних соціально-педагогічних ситуаціях;
- поєднання занять з руховою активністю з раціональним режимом занять, початку, використання гігієнічних умов і природних факторів загартування;
- забезпечення систематичного як лікарського, так і педагогічного контролю за станом здоров'я, динамікою показників фізичного стану, моральним станом та психологічною комфортністю школярів.

Важливим аспектом досягнення ефективності фізичного виховання є врахування вікових та анатомо-фізіологічних особливостей розвитку кожної дитини.

Визначено, що оздоровчим засобом у дитячому наметовому таборі є правильно організований руховий режим для дітей і підлітків. Організовані заняття фізичними вправами

ранковою гігієнічною гімнастикою, рухливими іграми, розвагами, спортивними іграми, екскурсії і походи привчають дітей до активного способу життя, роблять його природною потребою [3].

Найважливіші вимоги до методики фізкультурної роботи: узгодженість із режимом, відповідність інтересам дітей, розвиток ініціативи, масовість, добровільність участі, різноманітність занять. При плануванні часу занять фізичними вправами слід враховувати те, що максимум рухової активності у здорових дітей шкільного віку спостерігається о 8-10 годині, 11-14 годині, 16-17 годині і о 19 годині [2].

Інтенсивність навантаження під час ранкових занять менше, ніж у денних, оскільки працездатність вранці менша, ніж у день. Оздоровчі заходи повинні також поєднуватися з культурним відпочинком [5].

У ході педагогічного експерименту були запропоновані рухові елементи програм спортивно-оздоровчого спрямування завдання.

У таблиці 1 представлені порівняльні дані об'єму годин експериментальної моделі навчальної програми фізичного виховання оздоровчої спрямованості для оздоровчих таборів з розподілом годин загальноприйнятої програми. Від загального об'єму часу у програмі визначено 70 % для зальних засобів фізичного виховання, 26,7 % часу відводиться на нетрадиційні види фізичних вправ і 3,3 % часу виділяється на теоретичні заняття по основах здорового способу життя.

Таблиця 1.

Співвідношення об'єму годин, що відводиться на виконання вправ до навчальній експериментальній і загальноприйнятій програмах фізичного виховання для літнього наметового оздоровчого табору

Зміст	Програма			
	Навчальна експериментальна		Загальноприйнята	
	Години	Відсоток від загального часу	Години	Відсоток від загального часу
1. Загально-розвиваючі вправи	3	10	4	13,3
2. Вправи на гнучкість	1,5	5	-	-
3. Рухливі ігри	5,5	18,4	3,5	11,7
4. Спортивні ігри	2,5	8,3	3,5	11,7
5. Стрибки, метання, ковзанний біг	2	6,7	3	10
6. Оздоровча ходьба і біг	2	6,7	-	-
7. Пресування і змагання з видів рухової активності	1,5	5	9,5	31,7
8. Вправи з ритмічної гімнастики	2	6,7	-	-
9. Динамічні, коригуючі, рекреаційні вправи	2,5	8,3	-	-
10. Вправи для навчання плавання, купання	2,5	8,3	2,5	8,3
11. Пресування на місцевості і місцеві прогулянки	4	13,3	4	13,3
12. Заняття з основ оздоровчої фізичної культури	1	3,3	-	-
Разом	30	100	30	100

При порівнянні програм навчально-експериментальної і загальноприйнятої виявлено ряд основних відмінностей, що визначають перевагу першої:

- включення теоретичного матеріалу по основах здорового способу життя;
- за рахунок 33 % скорочення прикладної і спортивної підготовки збільшення частоти вправ оздоровчої спрямованості;
- застосування «аеробних вправ» для розвитку загальної витривалості;
- включення вправ на розтягування, розвиток гнучкості і рухливості в суглобах;
- цілеспрямоване використання вправ на формування правильної постави;
- зміцнення м'язів таза і тулуба;
- систематичного застосування дихальних і релаксаційних вправ.

Проведені дослідження сформували принципову схему оздоровчої спрямованості занять з дітьми 11-15 років в літньому наметовому оздоровчому таборі.

Висновки

1. Фізичне виховання в наметовому таборі направлене на рішення наступних завдань:
 - а) зміцнення здоров'я, сприяння різносторонньому фізичному розвитку і розвитку дітей;
 - б) вдосконалення у школярів умінь і навичок у природних видах рухів і розвитку важливих фізичних якостей;
 - в) сприяння формуванню санітарно-гігієнічних навичок і організації звички до систематичного використання засобів фізичного виховання в цілях природного виховлення і фізичного вдосконалення, раціоналізації режимів праці і відпочинку.
2. Життя наметового табору будується як творчо різноманітна діяльність колективу дітей і дорослих, в процесі якої розвиваються духовні й фізичні сили кожного вихованця, здійснюється взаємне виховання й самовиховання старших та молодших при керівній ролі вихователя. Основною формою цього життя складає колективна організаторська діяльність. Найважливіші сторони життєвості – постійне всебічне піклування про людей, один про одного, різноманітна пізнавальна діяльність, пізнання навколишнього середовища, а також спорт і туризм.
3. Під час перебування дітей в літньому наметовому оздоровчому таборі при розподілі фізичних навантажень необхідно наступне:
 - а) заняття з фізичного виховання розпочинати з першого дня відвідин оздоровчого табору;
 - б) для забезпечення адаптації організму дітей в перші дні перебування в таборі фізичні навантаження не перевищують 50-60% від максимальних значень;
 - в) заняття плануються на основі варіативності вживаних засобів з урахуванням фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей 11-15 років.
 - г) підвищення об'єму фізичних навантажень виконується поступово до досягнення зміни і підтримується до її закінчення.

Список літератури

1. Дубогай А. Д. Психолого-педагогические основы формирования здоровья жизни у школьников младших классов: // дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / А. Д. Дубогай. – К., 1996. – 210 с.
2. Методика роботи в літньому оздоровчому таборі / Коваленко Є. І. [та ін.] – К. : ІЗМН, 1997. – 280 с.
3. Приступа Є. Українські рухливі ігри, розваги та забави: методологія та практика / Є. Приступа, О. Слімаковський, М. Лук'янченко. – Дрогобич : Вимір, 1999. – 100 с.
4. Фізична культура для спеціальних груп 1-9 класів загальноосвітньої школи: програма / Дубогай О. Д., Цвек С. Ф., Бондарев Ф. Ф. – К. : ІЗМН, 1996. – 160 с.
5. Шиян Б. М. Методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – К. : ЛОНМІО, 1996. – 232 с.

6. Шутка Г. І. Фізичний розвиток дітей у літніх оздоровчих таборах як актуальна соціально-педагогічна проблема // Соціалізація особистості. – К. : НПУ, 2000.

7. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи / Яременко О. О.[та ін.] . – К. : ТАТ, 2000. – 190 с.

ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ, КОТОРЫЕ СПОСОБСТВУЮТ ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА КАК ОБЩЕСТВЕННОЙ ЦЕННОСТИ

Петр РЫБАЛКО

Сумской государственной педагогической университет им. А.С. Макаренка

Аннотация. Данная работа посвящена проблеме изучения специфических особенностей работы пожилого палаточного оздоровительного лагеря как социально-педагогической среды для физического развития детей, формирования физической активности с целью хотя бы частично компенсировать недостаточную оздоровительную эффективность школьной системы физического воспитания, установления в детском окружении здорового, культурного образа жизни.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительная работа, палаточный лагерь, физическое развитие, физическое воспитание.

ORGANIZATIONAL – PEDAGOGICAL APPROACHES AS TO THE IMPROVEMENT OF A CHILD'S PHYSICAL DEVELOPMENT AS A SOCIAL VALUE

Petro RYBALKO

S. Makarenko Sumy State Pedagogical University

Abstract. The article is devoted to the problem of health-improving camping life as a social and pedagogical background of children's physical development. The problem of physical activity aimed to compensate a lack of good health at physical training lessons at school is studied. The issue of healthy and cultural lifestyle by children is under discussion.

Key words: physical activity, a tent camp, physical development, physical training.