

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 опитування 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 різним негативним факторам, та пошуку шляхів і умов вдосконалення фізичного стану дітей шкільного віку [1; 4].

На сучасному етапі розвитку українського суспільства у державних офіційних структур і 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 різноманітних 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 та 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 (П.Ф.Лесгафт, М.Фрідман, І.В.Мурахов, Д.Стоколс), так і вітчизняних (В.К.Бальсевич, М.А.Годік, В.В.Джунь, Л.Я.Івашенко, Є.А.Пирогова, С.Ф.Цвек). Соціально-гігієнічне та лікувально-профілактичне значення рухової активності людини вивчали М.М.Амосов, Я.А.Бенедт та ін. експериментальні і прикладні дослідження ефективності методик оздоровчої спря

мованості проводили Л.Я. Іващенко, С.А. Душанін., філософські положення діалектики про розвиток і формування особистості, концепції детермінації й інтеграції – про визначення та єдність 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. Боришовський, 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), специфіку формування в них фізичної культури як один із способів самореалізації і самовдосконалення (Т.С. Апанасенко, Н.В. Андрущук, О.С. Куц); педагогіки – про організацію розвиваючого середовища, засоби педагогічного впливу на виховання, спрямовані на формування здорового способу життя (В.П. Башков, Ю.А. Короп, В.Я. Махов, І.В. Муравов, Л.Є. Пундик).

Не знижуючи дуже високої цінності даних наукових досліджень соціальне і педагогічне значення поставленої проблеми, відсутність наукових і методичних праць з проблеми відпочинку 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 фізкультурно-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 заміського наметового оздоровчого табору скаутських організацій с. Курган Лебединського району Сумської області.

Впровадження педагогічного експерименту, ми, мали на меті вдосконалення педагогічного процесу Літньо оздоровчо наметового табору в системі фізичного виховання дітей

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

- відповідність змісту, обсягу, інтенсивності рухової діяльності школярів їхньому віку і статевим особливостям на різних етапах розвитку і в різних соціально-педагогічних ситуаціях;
- поєднання занять з руховою активністю з раціональним режимом занять та відпочинку, 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 встановлений 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 по 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, кросовий біг	2	6,7	3	10
6. Оздоровча ходьба и біг	2	6,7	-	-
7. Тренування і змагання з видів рухової активності	1,5	5	9,5	31,7
8. Вправи з ритмічної гімнастики	2	6,7	-	-
9. Дихальні, коригуючі, релаксаційні вправи	2,5	8,3	-	-
10. Вправи для навчання плаванню, купання	2,5	8,3	2,5	8,3
11. Орієнтування на місцевості і пішохідні 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 виявлений ряд основних відмінностей, що визначають перевагу першої:

- включення теоретичного матеріалу по основах здорового способу життя;
- за рахунок 33 % скорочення прикладної і спортивної підготовки збільшили частку 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 і зміцнення м'язів тазу 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 загартовуванню дітей;
 - б) вдосконалення у школярів умінь і навичок у природних видах рухів і життєво важливих фізичних якостей;
 - в) сприяння формуванню санітарно-гігієнічних навичок і організації звички до систематичного використання засобів фізичного виховання в цілях природного оздоровлення 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, здійснюються взаємне виховання й самовиховання старших та молодших при керівній ролі вихователів. Основу цього життя складає колективна організаторська діяльність. Найважливіші сторони життєдіяльності – 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 дітей 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 середини зміни і підтримується до її закінчення.

Список літератури

1. *Дубогай А. Д.* Психолого-педагогические основы формирования здорового образа 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, теорія і практика / Є. Приступа, О. Слімаковський, М. Лук'янченко. – Дрогобич : Вимір, 1999. – 449 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. – Л. : ЛОИМО, 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 PHUSICAL 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 studies. The leading of healthy and cultural lifestyle by children is under discussion.

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