

ВПРОВАДЖЕННЯ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧИХ ПРОГРАМ У ЛІТНІХ ОЗДОРОВЧИХ ТАБОРАХ

Галата О. В. Ложченко О. В.

Кременчуцький льотний коледж ХНУВС

У статті розглянуто доцільність розробки та впровадження рекреаційно-оздоровчих програм для дітей-підлітків у літніх оздоровчих таборах. Запропонована модель впровадження рекреаційно-оздоровчої програми, спрямована на залучення дітей до занять фізичними вправами та самостійне складання рекреаційно-оздоровчої програми.

Ключві слова: літній оздоровчий табір, рекреаційно-оздоровча програма.

The article considers the feasibility of developing and implementing recreational and health programs for children and teenagers in summer camps. The model implementation of recreational and health programs aimed at attracting children to exercise and make their own recreation and health program.

Halata O.V. Lozhchenko O.V.

Kremenchuk Flight College of KHNUVS

Key words: summer camp, recreational and health program. .

АКТУАЛЬНІСТЬ. Демократизація української держави сприяє радикальним трансформаціям багатьох сфер життя суспільства, їхнього характеру, ступеня інтенсивності та сили впливу, що залежать від стану політичної ситуації, економічних зрушень, змін у соціальній структурі суспільства. Одним із характерних проявів нових тенденцій стала модернізація рекреаційнооздоровчої діяльності підростаючого покоління України. Оздоровлення і відпочинок підлітків у літній період часу набуває все більшого значення на фоні рівня здоров'я, рухової активності сучасного підлітка. Одним з основних місць відпочинку і оздоровлення підлітків під час літніх канікул є літні оздоровчі табори (ЛОТ). Широкі можливості для підлітків надає табір, у якому може не тільки оздоровитись і змістовно провести своє дозвілля, але й випробувати себе в різних видах діяльності [5]. Найсприятливіші умови для фізичного виховання школярів, використання в цьому процесі всіх відомих засобів створюються в літніх оздоровчих таборах. Наявність достатньої кількості інвентаря та обладнання, націленість усього колективу табору на масово-оздоровчу і спортивну роботу, постійний контроль за її перебігом сприяють розв'язанню цих питань на належному організаційному і методичному рівні [1, 2]. Але успішне

виконання програми фізичного виховання школярів у таборі значною мірою зумовлене попередньою роботою фізкультурного керівника та начальника табору, що полягає у створенні матеріальної бази, своєчасному плануванні та інструктуванні педагогічного персоналу [4]. Робота в таборі повинна бути своєчасно і чітко спланована з урахуванням кількості тих, хто відпочиває, наявної бази, рівня підготовленості педагогічного колективу й традицій табору [3]. Характерним явищем в оздоровчих літніх таборах є те, що фізичне виховання як організований процес впливу на дітей завдяки заняттям фізичними вправами, гігієнічних заходів і природних сил для забезпечення необхідного рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості поступово посіло провідне місце серед різних видів виховання в установах дитячого відпочинку в літній канікулярний період [3].

МАТЕРІАЛ ТА РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ . Стало правилом, що в літніх ЛОТ на різноманітні види фізичної активності щодня відводиться від 4-5 до 6-7 годин, що за умови раціонального використання цього часу відкриваються можливості для зміцнення здоров'я дітей. Як стверджують деякі зарубіжні і вітчизняні дослідники, фізична культура і спорт за своєю значущістю стоять на першому місці серед інших видів діяльності школярів у дитячому оздоровчому таборі, а за інтенсивністю виховного спілкування 21 день табірної зміни прирівнюється одному навчальному року. Умови ЛОТ дозволяють визначити правильний режим фізичної активності для дітей і підлітків саме в літній період, що є сильним оздоровчим засобом.

Організовані заняття фізичними вправами, ранковою гімнастикою, спортивними іграми й розвагами, спортом, участь у походах та екскурсіях привчають дітей до активного способу життя в плані саме фізичної активності і роблять його в подальшому природною потребою. Нами підтверджені дані актуальності використання рекреаційних занять із метою задоволення емоційно-психологічних, пізнавальних та біологічних (рухова активність) потреб дітей 11 – 14 років. Інноваційні підходи до організації роботи рекреаційно-оздоровчої діяльності в ЛОТ, як і динаміка їх розвитку, зумовлені переосмисленням традиційних уявлень про елітарність рекреаційної установи та про її консервативність, сучасним розумінням рекреаційного закладу як осередку активного відпочинку, відновлення, оздоровлення, спілкування, задоволенням широкого спектру потреб населення. Теоретичні дослідження дозволили розробити модель впровадження рекреаційно-оздоровчої програми у практику роботи ЛОТ, яка включає компоненти, конкретні етапи, завдання, засоби, форми і методи організації, очікувані результати; розкрити організаційно-педагогічні умови ефективного впровадження запропонованої моделі в практику роботи ЛОТ. Критеріями успішної рекреаційно-оздоровчої програми в ЛОТ можна вважати впровадження рекреаційно-оздоровчих засобів та заходів

відповідно до потреб молодших підлітків, залучення до активної рекреаційно-оздоровчої діяльності дітей 11-14 років. При розробці структурно-функціональної моделі рекреаційно-оздоровчої програми враховані основні принципи рекреаційно-оздоровчої діяльності системності, як цілеспрямована, системна організація рекреаційної діяльності з метою раціонального використання вільного часу, розвитку соціальної активності та індивідуальної ініціативи людини, відволікання її від асоціальної поведінки; добровільності як певна незалежність дозвілля, відсутність регламентації з боку держави та інших структур; вільний вибір рекреаційно-оздоровчих занять; доступності та якості рекреаційних послуг як задоволення потреб і запитів дітей 11-14 років, систематичне вивчення їхніх бажань, прогнозування розвитку рекреаційно-оздоровчої сфери; відповідності рекреаційних послуг місцевим умовам – соціально-демографічним, економічним, культурно-освітнім, політичним, практичній діяльності дитини; принцип інтересу (зацікавленість) – цей принцип враховує інтереси особистості, їх задоволення, формує нові духовні цінності та пробуджує нові потреби і запити дитини. Об'єктами впровадження моделі організації рекреаційно-оздоровчої діяльності виступив літній оздоровчий табір «Сонячний», с. Оменльник, Полтавської області. Модель впровадження рекреаційно-оздоровчої програми і включала три взаємопов'язані етапи: підготовчий (1-3 дні), основний (4-13 дні), підтримуючий (14-21 дні).

Технологічна модель реалізації рекреаційно-оздоровчої програми в літньому оздоровчому таборі Під час нашого дослідження програмою передбачено навчити респондентів самостійно складати рекреаційно-оздоровчу програму. Найбільш популярними серед дітей 11-14 років є такі види рекреаційних занять для складання програм: для дівчаток – рухливі і спортивні ігри (32,8%), танці (22,8%); оздоровчі види гімнастики (15,9 %); для хлопчиків – рухливі й спортивні ігри (38,7%). У результаті проведених досліджень визначено рекреаційні потреби та фактори, що впливають на вибір форм і видів рекреаційно-оздоровчих занять різних соціально-демографічних груп населення. Встановлено, що основними факторами, що впливають на вибір рекреаційно-оздоровчих занять є реалізація через фізичні вправи широкого спектру потреб, орієнтованих на самовиявлення, досягнення краси, доброго самопочування та позитивних емоцій, на зміну діяльності, активне проведення вільного часу, участь в ігровій і освітній діяльності, оздоровлення. Нами були виділені психосоціальні чинники, пов'язані з руховою активністю дітей. Чинниками, що сприяють збільшенню обсягу рухової активності є: підтримка друзів, особистий приклад батьків, соціальна настанова на заняття фізичною активністю, зменшення часу, що приділяється перегляду телепередач й іграми на комп'ютері, заохочення оточуючими, прагнення до змагальності, соціальна підтримка, можливість використання спортивних споруджень, устаткування й інвентарю, почуття впевненості в собі, соціокультурна приналежність.

ВИСНОВКИ. Результати дослідження показали, що ефективність впровадження дає високу результативність за такими параметрами: підвищення рівня показників рухової активності, психоемоційного стану; зростання мотивації до рекреаційно-оздоровчих занять; покращення рівня здоров'я дітей, залучення підлітків до регулярних занять фізичними вправами і можливістю самостійно складати рекреаційно-оздоровчі програми. Перспективи подальшого дослідження полягають у реалізації та практичній апробації рекреаційно-оздоровчих програм у літніх оздоровчих таборах з урахуванням територіального розміщення табору, матеріально-технічного забезпечення, мотивації та зацікавленості дітей, підвищення рівнів рухової активності, підняття настрою, самопочування.

ЛІТЕРАТУРА

1. Барканов С. Програма переподготовки керівних кадрів для установ відпочинку та оздоровлення дітей (лагерей, центрів, баз) різної державної належності / С. Барканов, М. Журавлев // Народне освіта. – 2005. – № 3. – С. 93-96.
2. Коваленко Є. І. Конончук А.І. та ін. Методика роботи в літньому оздоровчому таборі / Є.І. Коваленко, А.І. Конанчук. – К.: ІЗМН, 1997. – 280 с.
3. Короп Ю. А. Фізичне виховання в спортивно—оздоровчих лагерьох / Ю.А. Короп, С.Ф. Цвек. – К.: Здоров'я, 1988. – 136 с.
4. Таран Ю. Соціально-педагогічна діяльність дитячого оздоровчого лагерьох / Ю. Таран // Народне освіта. – 2004. – № 3. – С. 89-94.
5. Фришман І. Дитячий оздоровчий лагерьох як виховна система / І. Фришман // Народне освіта. – 2006. – № 3. – С. 77-81.