

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных дисциплин

**«ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ  
С ДЕТЬМИ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ЛЕТНЕМ  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 5 курса 512 группы  
направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование  
профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Малыхина Федора Юрьевича

**Научный руководитель**  
Старший преподаватель

\_\_\_\_\_ И.А. Глазырина  
подпись, дата

**Зав. кафедрой**  
Доцент, кандидат педагогических наук

\_\_\_\_\_ В.Н. Мишагин  
подпись, дата

Саратов 2023

## **Организация воспитательной работы с детьми школьного возраста в летнем оздоровительном лагере (на примере ЗОЖ)**

### **Диагностика представлений детей и подростков о здоровом образе жизни**

В «Конвенции о правах ребёнка» сказано: «Ребёнку для полноценного и гармоничного становления и развития необходимо расти в атмосфере счастья, любви и понимания». Сегодня, в ситуации стремительных и непрогнозируемых новаций, несовершенство системы обучения неблагоприятно отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Мы стоим перед фактом дальнейшего ухудшения не только физического, но и психологического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад наших детей был богатым и глубоким, а это по-настоящему возможно лишь тогда, когда «дух» и «тело» находятся в гармонии, необходимы меры физического воспитания и гигиены, создание системы оздоровления детей для осмысленного отношения к собственному здоровью.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) предполагает выполнение режима дня, режима питания, занятия физкультурой и спортом; выполнение санитарно-гигиенических правил по уходу за собой (телом, одеждой, причёской) и помещениями, отказ от вредных привычек: курения, употребления спиртного, наркотиков, от ведения беспорядочной половой жизни.

*Опытно-экспериментальное* исследование проводилось на базе ДОЛ «Звёздочка».

*Задача* данного исследования: оздоровление детей и подростков области в летний период и пропаганда здорового образа жизни.

*Характеристика базы исследования*

*Расположение:* ДОЛ «Звёздочка» расположен в районе Кумысной поляны рядом с Андреевскими прудами.

*Размещение:* 9 изолированных корпусов, по 4 комнаты в каждом.

*Питание:* во время детского отдыха организовывается сбалансированное пятиразовое питание (завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин), соответствующее требованиям Роспотребнадзора.

Столовая лагеря оснащена современным оборудованием, что позволяет делать меню разнообразным и сбалансированным. Персонал столовой настоящие профессионалы своего дела с многолетним опытом работы.

*Педагогический состав:* на каждом отряде работает по три вожатых-воспитателя, все имеют педагогическое образование или являются студентами СГУ.

Помимо вожатых-воспитателей, с детьми работают четыре физрука, два музыкальных руководителя.

Воспитательная работа в лагере проводится квалифицированными воспитателями по утвержденной педагогической программе. За много лет педагогической работы в ДОЛ «Звёздочка» накопились уникальные разработки.

На территории имеется библиотека и методический кабинет, зал, летняя эстрада, где проводятся массовые мероприятия и дискотеки под открытым небом, сооружения малой спортивной формы и технический и спортивный инвентарь для проведения мероприятий спортивной направленности. Спортивные площадки лагеря оборудованы полями для игры в футбол, баскетбол и волейбол. А также имеются детские игровые площадки

*Медицинское обслуживание:* в лагере имеется отдельно стоящий медицинский корпус. Квалифицированные медицинские работники в сотрудничестве с педагогами организуют и проводят профилактическую, оздоровительную и санитарно-гигиеническую работу в лагере; осуществляют контроль за работой отдела питания; медицинская служба несёт ответственность за своевременность и качество оказания медицинской помощи детям; осуществляют санитарный контроль за чистотой и порядком на территории; осуществляют профилактику заболеваний и травматизма. В медпункте помощь оказывается круглосуточно. В лагерях всегда есть машина для срочной доставки ребенка в больницу.

*Безопасность:* территория лагеря огорожена, освещается в тёмное время суток. Круглосуточно функционирует система безопасности, установлено видео-наблюдение по всему периметру. Корпуса оснащены пожарной сигнализацией и тревожными кнопками. При въезде функционирует контрольно-пропускной пункт. Приёмка лагеря осуществляется государственной комиссией с соблюдением всех норм и требований Роспотребнадзора и Госпожнадзора.

Вместимость лагеря в смену – 257 человек.

Возраст детей:

от 7 до 16 лет включительно.

Протяжённость смены – 21 день.

1 смена: 01.06 – 21.06;

2 смена: 25.06 – 15.07;

3 смена: 19.07 – 08.08;

4 смена: 11.08 – 24.08

*Цель* эмпирического исследования: выявить и экспериментально проверить педагогические условия формирования у детей навыков здорового образа жизни (ЗОЖ) в условиях летнего оздоровительного лагеря.

*Задача* данного исследования: оздоровление детей и подростков области в летний период и пропаганда здорового образа жизни.

Исследование проводилось летом 2022 года и состояло из нескольких этапов (сразу отметим, что границы этих этапов в условиях краткосрочного пребывания детей в ДОЛ не имеют чётких рамок).

*Констатирующий этап* – первые 1-2 дня смены (оргпериод).

*Цель:* выявить уровни сформированности знаний воспитанников о ЗОЖ и узнать мнение детей о том, как влияет хорошее настроение на здоровье человека.

На этом этапе определено общее направление исследования, изучена педагогическая, психолого-педагогическая, методическая, социологическая

литература; даны анализ и оценка современного состояния проблемы; использован лучший педагогический опыт.

*Формирующий этап* – основной период лагерной жизни.

*Цель:* провести апробацию программы «Радуга здоровья», направленную на формирование бережного и заботливого отношения к своему здоровью.

*Контрольный этап* – последние 1-2 дня перед закрытием смены (итоговый период).

*Цель:* подвести итоги эффективности программы «Радуга здоровья» с помощью оценочных суждений (по дневниковым записям) и дать методические рекомендации по организации физкультурно-оздоровительной и спортивной работе в лагере.

В связи с краткосрочным пребыванием детей в ДОЛ мы посчитали нецелесообразным проводить на контрольном этапе эксперимента повторное анкетирование с целью сравнения результатов констатирующего и контрольного этапов, поскольку не всегда и не сразу даёт заметный воспитательный эффект реализация авторской тематической программы по пропаганде ЗОЖ. В то же время сохранение безответственного отношения к своему здоровью не обязательно говорит о бесполезности этих мер, ведь многие изменения в личности накапливаются постепенно и не всегда обнаруживаются сразу.

Создание условий для организации ЗОЖ у школьников, отдыхающих в ДОЛ, требует от педагогов-воспитателей знаний о сформированности представлений школьников о ЗОЖ

Нами был предложен опросник Т. Тармола детям (276 детей и подростков в возрасте от 7 до 16 лет), вопросы которого направлены на выявление представлений детей о ЗОЖ, их готовности к ведению собственного ЗОЖ, включая их представления о состоянии своего здоровья, отношении к физическим упражнениям и стремление к ЗОЖ. В итоге получили следующие результаты:

Проанализировав полученные результаты, можно сделать следующие *выводы*.

Понятия о «ЗОЖ» у учащихся отождествлено с понятием «здоровье», причем 14,8% детей считают, ЗОЖ – это «когда у тебя ничего не болит», то есть не предусматривают никаких действий со своей стороны, направленных на укрепление и сохранение здоровья, это говорит о том, что они неправильно понимают, что входит в содержание понятия «ЗОЖ». То же самое можно сказать и о 16,4 % учащихся, которые считают, что ЗОЖ – «нужно быть здоровым». Но 68,8 % детей имеют элементарные представления о ЗОЖ, они называют некоторые компоненты ЗОЖ – «нужно заниматься спортом, есть фрукты, овощи, закаляться», но пока их знания ещё не систематизированы и фрагментарны.

Отношение к состоянию своего здоровья у учащихся не адекватное: 54,9 % воспитанников считают, что у них здоровье «отличное», 30 % детей считают своё здоровье «не очень хорошее» и лишь 15,1 % считают, что у них здоровье

«удовлетворительное». Других – 38,1 % часто беспокоят вирусные заболевания (грипп, ОРЗ, насморк).

К занятиям на уроках физкультуры дети относятся положительно, 44,8 % детей занимаются спортом «с полной отдачей», кроме того, 76,6% воспитанников ходят в различные кружки и спортивные секции (танцы, теннис).

Следовательно, большинство воспитанников лагеря склонны придерживаться ведущих принципов ЗОЖ, но реализуют их не всегда последовательно и постоянно, так всего лишь 26,8% детей делают по утрам зарядку каждый день, а 27,3% – лишь иногда, также 45,9% детей зарядку не делают совсем. Это говорит о том, что установка на самосовершенствование присутствует лишь у меньшинства воспитанников лагеря «Звёздочка».

Таким образом, на основе результатов анализа представлений учащихся о «ЗОЖ» мы выявили 4 уровня их решения.

*Высокий уровень – 30%:* характеризуется наличием знаний о здоровье как физическом, психическом и нравственном благополучии, как о способности к саморазвитию потенциалов собственного организма и личности, о ЗОЖ как совокупности форм и способов жизнедеятельности, дающих возможность личности всесторонне развиваться и совершенствоваться. Присутствует интерес к проблемам валеологии и стремление к расширению знаний.

*Средний уровень – 35%:* изменяющиеся в области своего ЗОЖ и самосознания о здоровье и ЗОЖ не строго научны и не вполне систематизированы, но имеются элементарные представления о компонентах ЗОЖ, учащиеся лучше ориентируются в вопросах, связанных с практическим решением каких-либо проблем.

Интерес к вопросам валеологии, к ЗОЖ носит систематический характер.

*Поверхностный уровень – 25%:* знания фрагментарны. В основных понятиях ориентируются с трудом, знания в основном бытового характера, приобретенные стихийно, не всегда соответствуют реальности, интереса к собственному ЗОЖ почти не проявляет.

*Низкий уровень – 10%:* не способен отвечать на поставленные вопросы беседы и анкеты по существу.

Предъявленные ответы нередко абсурдны. Дети обнаруживают крайнюю неосведомленность в вопросах укрепления здоровья даже на уровне обыденного знания.

Необходимо добавить, что в результате выше приведенного анкетирования мы выявили не только уровень представления детей о ЗОЖ, но и готовность к ведению собственного ЗОЖ.

Нас интересовало также: «Как хорошее настроение влияет на здоровье человека?» С этой целью детям была предложен ещё один опросник А. Прилепко.

В результате обработки ответов учащихся на вопросы беседы получилась следующая таблица:

В результате анализа вышеприведенной таблицы можно сделать следующие выводы: 35 % детей связывают свое хорошее настроение с понятием «здоровье», другие 31,1 % – с окружающими людьми: добрые слова поднимают их настроение. Сами же дети также имеют представление о том, что если к тебе другие люди хорошо относятся, то и ты должен отвечать им тем же: желать доброго дня, так как тогда положительный заряд человека пронесёт через весь день, делясь им с другими людьми, а значит, сохранит не только своё здоровье, но и здоровье других людей.

Таким образом, полученные материалы явно указывают на необходимость воспитания у школьников потребности в здоровье, формирования у них научных представлений о сущности ЗОЖ.

Анализ результатов исследования даёт основания считать, что дети склонны завышать оценку своего здоровья и, как следствие этого, неадекватно относятся к собственному организму. Этот вывод ещё раз указывает на актуальность пропаганды ЗОЖ в условиях детского оздоровительного лагеря и необходимость реализации программы «Радуга здоровья», направленной на просвещение детей по проблемам здоровьесбережения и их оздоровление через организацию различных видов деятельности.

### **Педагогические и организационные принципы программы «Радуга здоровья» детского оздоровительного лагеря «Звёздочка»**

Накануне летней оздоровительной кампании 2022 года среди педагогов, которые собирались работать в ДОЛ, был проведён экспресс-опрос по выявлению предпочтительных форм работы по пропаганде здорового образа жизни: «Какими мероприятиями по ЗОЖ должна быть наполнена смена в детском оздоровительном лагере, чтобы ребята с удовольствием принимали в них участие?» Организовать этот опрос нам помогла педагог-организатор лагеря Съемщикова Зоя Александровна.

В соответствии с целями и задачами лагеря «Звёздочка» и учётом пожеланий, высказанных в экспресс-опросе, педагогический коллектив разработал комплекс мероприятий, которые были положены в основу программы «Радуга здоровья» (см. Приложение Г).

При определении названия программы – «Радуга здоровья» – педагогический коллектив руководствовался истинными и символическими значениями терминов «здоровье» и «радуга».

В основу программы положено определение здоровья, сформулированное Всемирной организацией здравоохранения. Согласно ему «здоровье» – это состояние полного физического, психического и социального благополучия.

Слово «радуга» Дж. Холлом трактуется как «символ небесного, чистого, дарующего жизнь, таинственного и величественного». Радуга также выступает «символом тёплого лета, радости и дружбы Неба и Земли».

«Многоцветие» радуги – символ многообразия способов сохранения и укрепления здоровья.

Таким образом, данная программа направлена на просвещение детей по проблемам здоровьесбережения и их оздоровление через организацию различных видов деятельности.

Всё это – тёплое лето, радость, дружба лежит в основе направлений деятельности лагеря «Звёздочка». «Радуга здоровья», в нашем случае, – это символ чистых, добрых побуждений, направленных на воспитание в детях желания заботиться о своём здоровье и постоянно укреплять его.

По продолжительности программа является краткосрочной, то есть реализуется в летнем оздоровительном лагере «Звёздочка» в рамках одной лагерной смены.

Данная программа по своей направленности является комплексной, то есть включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

В процессе реализации программы на протяжении смены использовались: тематические конкурсно-игровые программы, концерты, фестивали, спортивные игры и соревнования; психологические игры, игровое тестирование, опросы, занятия в творческих мастерских.

Ежедневно, в течение всего периода смены, в каждом отряде проводилась диагностика успешности в форме групповой работы, в процессе которой каждый ребёнок формулировал своё мнение по поводу прожитого дня по критерию самореализации, предполагающему ранговую оценку по одному из трёх уровней: «был успешен, реализовался на 100%»; «мог бы лучше»; «так себе, ничего не добился». После того как ребёнок озвучивал свою позицию, коллектив мог поддержать её или опровергнуть, после чего итог заносился в таблицу, которая была оформлена в виде «Экрана успешности», где можно было наблюдать динамику индивидуального (горизонтально) и коллективного (вертикально) развития. Таким образом, на основе индивидуальной и групповой оценки детей педагоги имели возможность отслеживать степень включенности каждого ребёнка в игру, его отношение к происходящему, эмоциональный настрой и по необходимости реагировать. Следует заметить, что положительная динамика успешности резко возростала на основе индивидуальных и коллективных побед и приобретений детей в различных видах деятельности и окончательно закреплялась в финальные дни смены.

Также, с целью анализа эффективности программы, была разработана система фиксации хода и результатов эксперимента в виде дневников, в которых дети делали записи трижды за смену.

В первый день смены детям предлагалось описать свои интересы и предпочтения. Как показало обобщение этих записей, на данном этапе основные интересы детей были сфокусированы на пассивный отдых (развлечения, игры, в том числе, компьютерные, кино и пр.), общение, обретение новых друзей, реализацию собственных интересов (художественно-творческих и спортивных).

После оглашения программы смены детям предлагалось во второй раз выразить свои желания и ожидания (мотивацию) на смену. Обобщение этих

дневниковых записей показало, что имеет место динамика, сдвиг в ценностной мотивации, где начинают лидировать инструментальные и отчасти – экспрессивные мотивы. На первое место вышли такие мотивы как: получение новых знаний и умений в различных областях художественно-творческой деятельности (46%). Далее следовали: отдых, развлечения, положительные эмоции (45%); обретение друзей (32%); самореализация через физическую активность (22,5%); приобретение навыка коммуникативной деятельности (11%); желание проявить себя в отряде, лагере (социальная активность) выявили 10% детей.

В конце смены, в третий раз дети заполняли дневники, что позволило объективно оценить окончательную картину мотивации деятельности и степень удовлетворенности ею. Эти записи касались оценки ребёнком меры реализации своих целей на смену. Из наиболее важных достижений на первом месте – приобретение новых знаний и умений в различных областях – 76%; на втором – физическое совершенствование (38%); на третьем – появление новых друзей (31%); 20% детей отметили как достижение – опыт общения, развитие своих коммуникативных навыков, приобретение авторитета среди сверстников и умения проявлять терпимость к окружающим. 15% важным достижением посчитали активное участие во всех мероприятиях, закрепление лидерских позиций, победы в различных играх, конкурсах и соревнованиях. Отдых, развлечения и положительные эмоции как достижения практически не рассматриваются, как важное приобретение отметили только 6% детей.

Характерно, что если в начале смены интересы многих детей сводились к пассивному отдыху, то в результате реализации программы воспитания ценностные установки детей значительно расширились: ориентация на ЗОЖ возросла с 46% до 76% опрошенных, на спортивную – с 22,5% до 38%). Дети отмечали как достижения приобретение нового опыта и знаний, организации деятельности других людей, изменение самооценки в сторону её повышения, ценность общения со взрослыми, проявляли стремление к новым успехам.

В рамках программы дети расширили знания по здоровому образу жизни, приобрели практические умения и навыки сохранения и преумножения здоровья, явились носителями здорового образа жизни.

Основными *показателями результативности работы* коллектива детского лагеря мы определили следующие:

- улучшение состояния здоровья детей, осознание ими значимости здорового образа жизни и физического самосовершенствования,
- комфортность личности ребёнка;
- развитие индивидуальных творческих способностей детей.

Итак, в процессе формирующего эксперимента была создана и реализована в течение четырёх смен программа «Радуга здоровья», ориентированная на создание условий для развития личности ребёнка через призму ЗОЖ и на контрольном этапе – дана оценка эффективности этой программы.



## Методические рекомендации по пропаганде ЗОЖ средствами физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в лагере

Каждому педагогу в ДОЛ, будь то воспитатель или вожатый, приходится сталкиваться с физкультурно-оздоровительной и спортивной работой в лагере – быть наставником команды, тренером, судьёй, ответственным за проведение соревнования и т.п. Это обязывает его хорошо разбираться в спорте, знать его законы, уважать их и учить этому ребят.

Педагог в своей работе с отрядом использует следующие *формы физического воспитания*:

- проведение физкультурных мероприятий в режиме дня (утренняя гимнастика, солнечные и воздушные ванны, купание);
- организация отрядной физкультурной работы (сборы с физкультурной тематикой, прогулки, экскурсии, походы, игры на местности);
- участие отряда в массовой спортивной работе: (спортивные конкурсы, соревнования, турниры, товарищеские встречи, спартакиады);
- вовлечение детей в общественно-полезные формы труда (подготовка комплекса спортивных площадок, сооружений и т. д.);
- проведение агитационно-пропагандистской работы: (беседы, лекции о пользе утренней гимнастики, о спортсменах, Олимпийских играх, встречи с местными чемпионами, викторины и т. д.).

*Утренняя гимнастика.* Утренняя гимнастика дисциплинирует детей и способствует организованному началу дня. В первый же день педагог строит отряд в том месте, где ему предстоит по утрам делать гимнастику. В целях закаливания организма детей зарядку необходимо проводить в любую погоду. Комплекс упражнений должен состоять из 7-10 упражнений и подобран таким образом, чтобы упражнения воздействовали на все крупные мышечные группы.

*Закаливание.* Закаливание рекомендуется проводить систематически, а не от случая к случаю; длительность процедур постепенно увеличивать; обязательно, чтобы слабые ребята были в поле зрения педагога.

К закаливающим процедурам относятся воздушные ванны, солнечные ванны, обтирание туловища влажным полотенцем; мытьё ног прохладной и постепенно холодной водой.

Рекомендуем несколько спортивных *коллективно-творческих дел* (см. Приложение Д):

- Авиа-шоу.
- Амазонки.
- Весёлый чемпионат.
- Весёлые старты.
- День открытых стартов.
- День здоровья.
- День оружейника.
- Играй-город.
- Игровая карусель.
- Конкурс военно-прикладных умений.

- Сильные, умелые, ловкие.
- Слабо!
- Спортивный калейдоскоп.
- Туристические походы и экскурсии.

Таким образом, 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 так как здоровье-это бесценный дар, который есть у человека то природы. Без него очень трудно сделать жизнь человека интересной и счастливой, и заботу о нём нельзя полностью перекладывать на плечи медицины. Заниматься здоровьем надо не только там, куда люди приходят со своими болезнями, но и там где они обучаются, отдыхают.

Физическое воспитание в лагере представляет один из важнейших участков работы с детьми по пропаганде ЗОЖ.

### **Заключение**

Детские оздоровительные лагеря имеют значительный воспитательный и оздоровительный потенциал, который достигается за счёт: снятия накопленной за учебный год усталости; способности к восстановлению интеллектуальных и физических сил; развития и совершенствования творческих задатков; вхождения в систему новых социальных связей; реализации личных планов; удовлетворения потребности в значимых сферах деятельности. Это во многом определяется спецификой ДОЛ как открытой педагогической системы, предполагающей высокую вариабельность воспитательных программ, их индивидуализацию, возможность максимально учесть все аспекты жизни и деятельности ребёнка в каникулярное время, привлечь необходимые кадровые, материально-технические и иные ресурсы.

В рамках выпускной квалификационной работы, мы:

- выявили основные тенденции и этапы воспитательной системы в летнем лагере;
- изучили ресурсы воспитательной деятельности детского оздоровительного лагеря, как среды развития личности ребёнка;
- определили организационно-педагогические условия реализации программы «Радуга здоровья», направленной на пропаганду ЗОЖ в условиях ДОЛ.
- рассмотрели методы и формы проведения спортивной работы в условиях летнего оздоровительного лагеря.

Сделали следующие выводы, что воспитательная работа (ВР) в лагере имеет некоторые особенности:

- Воспитательная работа планируется и строится с учётом того, что дети полностью оторваны от семьи, родительской опеки.

– Все виды воспитательной работы осуществляются во временных детских коллективах с разным социальным опытом детей, из различных условий жизни и воспитания, из городской или сельской местности.

– Воспитательная работа строится на принципах добровольного участия детей в различных делах, свободном выборе ими занятий.

– Кратковременный период существования коллектива требует чёткого начала и завершения каждого дела, обязательной оценки каждого ребёнка, предоставления детям возможности видеть и понимать результаты своего труда.

– В новом окружении более интенсивно и полно раскрывается личность ребёнка. Иногда в этих условиях можно быстрее увидеть то, что в школе остаётся скрытым, то есть лучше понять и изучить детскую психологию.

– В воспитательной работе детский оздоровительного лагеря принимают участие как профессиональные педагоги, так и представители других профессий, студенты, которые часто строят свои взаимоотношения с детьми на основе педагогической интуиции и собственного жизненного опыта.

– Воспитательная работа строится с учётом выполнения режимных моментов, направлена на поддержание чистоты белья, на выполнение санитарно-гигиенических требований, уборки помещений и территории ;

Воспитательная ценность системы летнего отдыха состоит в том, что она создаёт условия для педагогически целесообразного, эмоционально привлекательного досуга детей, восстановления их здоровья, удовлетворения потребностей в новизне впечатлений, творческой самореализации, общении и самодеятельности в разнообразных формах, включающих труд, познание, искусство, культуру, игру и другие сферы возможного самоопределения.