

1. Информация об итогах работы Министерства по физической культуре, спорту и туризму Удмуртской Республики и основных направлениях деятельности в 2012 г. [Электронный ресурс] // Минспорттуризм Удмуртской Республики, официальный сайт. URL: <http://sportturizm.udmurt.ru/activity/info/> (дата обращения: 14.02.2013).
2. Закон Удмуртской Республики от 18 декабря 2009 года № 68-ПЗ «О Программе социально-экономического развития Удмуртской Республики» [Электронный ресурс] // Министерство национальной политики УР. URL: <http://www.minnac.ru/minnac/info/13996.html> (дата обращения: 25.02.2013).
3. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 02.07.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»: [Электронный ресурс]. URL: <http://base.garant.ru/12157560/> (дата обращения: 02.02.2013).
4. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года [Электронный ресурс]. URL: <http://minstm.gov.ru/documents/xPages/item.670.html> (дата обращения: 14.02.2013).
5. Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006–2015 гг.» [Электронный ресурс]. URL: <http://www.sport-fcr.ru/xml/t/default.xml?lang=ru> (дата обращения: 18.02.2013).

УДК 371.217.3

А. В. Чернявская, Л. Г. Пашенко

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЛАГЕРЕЙ ДНЕВНОГО ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ

Одной из острых в северном регионе остается проблема обеспечения занятости и укрепления здоровья школьников в период летних каникул. Создать условия для самоопределения, самореализации и развития школьников призваны летние оздоровительные лагеря.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей, в соответствии с Приказом Министерства образования РФ «Об утверждении порядка проведения смен профильных лагерей, лагерей с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха», является формой оздоровительной и образовательной деятельности в период каникул с обучающимися общеобразовательных учреждений и образовательных учреждений дополнительного образования детей с пребыванием их в дневное время. В детских лагерях реализуются узкопрофильные, многопрофильные или комплексные программы различной направленности: спортивной, культурно-познавательной, экологической, художественной нравственно-эстетической, интеллектуальной, краеведческой и др.

Все детские лагеря, независимо от реализуемых программ, призваны решать оздоровительные задачи. Это тем более актуально для лагерей, функционирующих в условиях Севера. В связи с этим важным является изучение влияния программ различной направленности, реализуемых в лагерях дневного пребывания, на показатели здоровья детей.

Задачами исследования явились изучение особенностей реализации программ различных оздоровительных лагерей с дневным пребыванием детей города Нижневартовска и района и их влияния на показатели здоровья школьников 9–11 лет.

Для решения поставленных задач использовались такие методы исследования: анализ данных научно-методической литературы, анализ документальных источников, антропометрия, общеклинические методы исследования сердечно-сосудистой и дыхательной систем, методы математической статистики.

Исследование проводилось в период летней оздоровительной кампании 2013 г. В нем приняли участие дети лагерей дневного пребывания: «Смайл» на базе подростковых клубов по месту жительства Центра детского творчества», юные пловцы спортивно-оздоровительного лагеря «Олимпия» детско-юношеской спортивной школы, школьники, посещающие загородный оздоровительный лагерь дневного пребывания детей и подростков «Островок Надежды», социально оздоровительного центра семьи и детей «Голубое озеро», а также девочки, посещающие творческую площадку «Мастерская детства» Регионального историко-культурного и экологического центра.

Анализ реализуемых в этих лагерях программ показал следующее. В лагере «Смайл» организация отдыха включала в себя разовое питание, обеспечение развлечений, физкультурно-оздоровительную деятельность, экскурсионные мероприятия, работу, направленную на развитие творческих способностей ребенка. В лагере реализовывалась программа дополнительного образования детей «Уличное движение», которая предусматривала освоение детьми элементов брейк-данса.

Содержание программы лагеря, реализуемого на базе ДЮСШ, направлено на совершенствование умений юных спортсменов в выбранном виде спортивной деятельности в гармоничном сочетании с различными формами оздоровительной и досуговой деятельности, развитием разнообразных творческих способностей детей. У пловцов были предусмотрены 2-разовые тренировки.

Загородный лагерь «Островок Надежды» реализовывал спортивное, творческое, коммуникативное, интеллектуальное, лидерское направления. Программой лагеря предусматривались разнообразные мероприятия. Весь день дети занимались разнообразными видами деятельности.

На площадке «Мастерской детства» в специально оборудованных помещениях проводились занятия и мастер-классы по ткачеству, керамике, работе с тканью и современному декоративно-прикладному искусству, уделяя особое внимание эстетическому воспитанию детей, развитию фантазии и художественного вкуса.

В начале и в конце лагерной смены нами был изучен ряд показателей, характеризующих физическое здоровье детей, и определена динамика их изменений.

Изучив физическую работоспособность девочек по тесту Руфье – Диксона, оказалось, что у юных пловчих работоспособность к концу смены повысилась, тогда как у остальных девочек она снизилась, особенно это выражено у девочек из загородного лагеря.

У мальчиков, занимающихся плаванием, мы наблюдаем стабильную способность выполнять физическую работу и снижение показателей работоспособности у представителей подросткового клуба и особенно загородного лагеря (индекс у них увеличился на 4,3 %).

Следовательно, тренировки, проводимые в лагере «Олимпия», положительно повлияли на работоспособность детей. Длительные поездки к месту пребывания загородного лагеря детей и организация насыщенной и разнообразной деятельности привели к снижению работоспособности и у мальчиков и у девочек.

Весоростовой индекс у девочек и у мальчиков существенно не изменился, что позволяет сформулировать заключение о том, что питание было достаточное, и расходы энергии, вероятно, покрывались энергией потребляемой пищи.

Жизненный индекс характеризует функциональное состояние дыхательной системы. Как видно наибольшие темпы прироста этого показателя наблюдаются у девочек, занимающихся плаванием и девочек из подростковых клубов. Небольшое снижение этого индекса отмечено у девочек, занимавшихся рукоделием.

У мальчиков-пловцов также наблюдается увеличение жизненного индекса, что говорит о положительном влиянии организованных занятий на состояние дыхательной мускулатуры. У мальчиков, посещающих загородный лагерь, показатели не изменились.

Наибольшие показатели темпов прироста силовых индексов, характеризующих физическое развитие, в частности силу мышц кисти, отмечаются у девочек, занимающихся плаванием в лагере «Олимпия». У девочек из «Мастерской детства» и загородного лагеря показатели, как и у мальчиков, не изменились.

У мальчиков-пловцов также были отмечены наибольшие темпы прироста силовых индексов. Вместе с этим у мальчиков из подростковых клубов также увеличился этот показатель.

Таким образом, у мальчиков и девочек, посещающих лагерь на базе спорткомплекса «Олимпия», имеющего спортивную направленность, и у детей из подростковых клубов по месту жительства наблюдаются положительные изменения показателей здоровья. Тогда как у девочек, занимавшихся в творческой «Мастерской детства», а и у детей из загородного лагеря дневного пребывания за время работы лагерной смены снизилась физическая работоспособность и появилась тенденция к ухудшению показателей здоровья.

Полученные результаты позволили определить эффективность реализуемых программ летнего отдыха и в дальнейшем позволят разработать рекомендации по повышению оздоровительной эффективности летнего отдыха детей.

УДК 796:303.02-057.87

Н. Чинзоригийн

НЕКОТОРЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ОТНОШЕНИЯ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖНОЙ МАССЫ К СПОРТУ

На сегодняшний день в мире проводятся политика и целый ряд мероприятий, направленных на активизацию участия молодежи в общественной жизни и по формированию молодых людей активными гражданами. По возрастной структуре население Монголии считается сравнительно молодым. По переписи населения 2008 г., 29,5 % населения страны составляло молодежь от 15 до 34 года. Поэтому в новых условиях постепенного увеличения доли молодежи в развивающихся странах и глобализме возникают требования к прислушиванию к голосу молодежи, учету их мнения и обеспечении их участия при принятии решений и проведении политики, основанной на мнении молодых людей.

Очень важно всемерно повысить роль и положительное влияние физической культуры при правильном проведении свободного времени молодежи и их воспитании, укреплении здоровья и проживании в среде, свободной от применения алкоголя, курения. Возникает необходимость учиться и принять опыт развитых стран занятий спортом. Также правильное сочетание практических занятий с семинарскими, теоретическими занятиями, оказывает немаловажное влияние при уравнивании учебной и умственной нагрузок студентов на занятиях по физической культуре и спорту.

Большинство монгольских вузов недостаточно обеспечены материальной базой и преподавателями, обладающими навыками и мастерством проводить занятия физкультурой на профессиональном уровне, а также большинство студентов недостаточно серьезно относятся к занятиям физической культурой. Это указывает на то, что уже наступила пора уделить пристальное внимание к этой проблеме.

© Чинзоригийн Н., 2014