

УДК 796.034
М 15

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор *А. Ф. Калашиников*

доктор педагогических наук, профессор *А. И. Уман*

Макеева В. С.

М 15 Физкультурно-оздоровительная работа в детских и молодежных лагерях : учебное пособие для вузов / В. С. Макеева, М. А. Соломченко. – М. : Физическая культура, 2010. – 288 с.
ISBN 978-5-9746-0138-5

В пособии раскрываются вопросы планирования и организации физкультурно-оздоровительной, спортивной и досуговой деятельности в условиях оздоровительного лагеря. Представленные материалы апробированы авторами в ходе многолетней педагогической деятельности, а также организации физкультурно-оздоровительной работы в условиях практики детских оздоровительных и спортивных лагерей различных областей России.

Учебное пособие предназначено студентам 032101 «Физическая культура и спорт» и 032103 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» для подготовки к педагогической практике и самостоятельных занятий при прохождении курса «Теория и методика физической рекреации» и «Теория и методика культурно-досуговой деятельности». Представляет интерес для организаторов летнего отдыха детей и подростков в условиях детского оздоровительного лагеря: инструкторов физической культуры и спорта, вожатых, воспитателей, рекомендуется учителям физической культуры.

В пособии использованы материалы кандидата педагогических наук, доцента Л. В. Воронковой.

УДК 796.034

ISBN 978-5-9746-0138-5 © Макеева В. С., Соломченко М. А., 2010

© Издательство «Физическая культура», 2010

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	5
1. Физкультурно-оздоровительная работа в условиях детского оздоровительного лагеря	7
2. Основные формы организации физкультурно-оздоровительных мероприятий	10
2.1. Неурочные малые формы занятий.....	10
2.2. Подвижные игры	13
2.3. Туризм	15
2.4. Секционные занятия	19
2.5. Соревновательные формы	20
2.6. Закаливающие процедуры.....	23
2.7. Просветительская работа.....	25
3. Методика проведения физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.....	26
3.1. Методика проведения малых форм организации физкультурно-оздоровительной работы	26
3.2. Организация и методика проведения подвижных игр	29
3.3. Организация и методика проведения туристического похода.....	31
3.4. Секционные занятия	41
3.5. Организация и методика проведения соревновательных форм физкультурно-оздоровительной и спортивной работы	46
4. Психолого-педагогические условия организации физкультурных мероприятий.....	61
5. Особенности занятий с детьми разного возраста.....	66
5.1. Младший школьный возраст.....	66
5.2. Средний школьный возраст	68
5.3. Старший школьный возраст.....	69

6. Планирование деятельности инструктора физической культуры.....	71
7. Организация спортивного клуба в детском оздоровительном лагере	79
8. Планирование комплексных мероприятий лагерной смены.....	82
9. Основные средства физкультурно-оздоровительной работы в лагере	142
9.1. Примерные комплексы утренней гимнастики для детей разного возраста	142
9.2. Малые подвижные игры	146
9.3. Игры во время поездок в транспорте	149
9.4. Подвижные игры и игровые задания соревновательного характера	150
9.5. Игры с мячом	171
9.6. Эстафеты	181
9.7. Аттракционы.....	188
9.8. Упражнения и игры на воде	197
9.9. Игры на местности	204
9.10. Народные игры	218
10. Викторины и задания по определению знаний в области физической культуры и туризма	237
10.1. Краеведческая викторина	237
10.2. Туристская викторина.....	238
10.3. Олимпийская викторина.....	240
10.4. Конкурсы.....	244
Заключение	245
Литература.....	247
Приложения	251