

Таким образом, процесс формирования, развития и поддержки навыков здорового образа жизни является непрерывным и необходимым занимающимся любого возраста на протяжении всего становления личности. Условия клуба по месту жительства позволяет сделать этот процесс более лёгким, непринуждённым и добровольным в окружении друзей и товарищей, при непосредственном содействии тренера и родителей.

Библиографический список

1. *Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации"* от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция) [Электронный источник]
http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ Текст: электронный.
2. *Шитикова, Г.Ф.* Формы построения занятий физическими упражнениями / Г.Ф. Шитикова. Текст: непосредственный. СПб. 2009. 324 с.
3. *Спортивная физиология* / под ред. Я. М. Коца. Текст: непосредственный. М.: Физкультура и спорт, 2006. 240 с.

Калабина А.А.

МБУ ДО «Детско-юношеский центр» КМЖ «Надежда»

г. Екатеринбург, Россия

daido-oss@mail.ru

ГОРОДСКОЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ НА БАЗЕ КЛУБА ПО
МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА КАК ПЛОЩАДКА ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ
МОТИВАЦИИ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Аннотация. В статье представлен опыт работы организации оздоровительного лагеря на базе клуба по месту жительства. Педагогические находки и их обоснования могут быть полезны организаторам данного вида деятельности.

Ключевые слова: клуб по месту жительства, здоровье, дополнительное образование, здоровьесберегающие технологии,

культура здоровья, оздоровление, летний городской лагерь, подвижный отдых.

Лето – это маленькая жизнь! Все дети ждут его с нетерпением, потому что заканчиваются занятия в школе, больше нет домашних заданий, на улице друзья и тёплая погода. Вместе с этим большинство родителей хотели бы с пользой организовать досуг своих детей. В этом и помогают городские лагеря, организованные на базе различных образовательных учреждений.

Наш клуб по месту жительства ежегодно принимает у себя ребят в одну, а то и в две смены. Как правило, продолжить занятия летом хотят те обучающиеся, которые уже посещали клуб в течение учебного года или даже нескольких лет. Ребята с большим удовольствием записываются в летний лагерь, потому что хотят совместить учебно-тренировочные занятия с большим количеством культурно-массовых и спортивных мероприятий, большая часть которых проводится в виде командных соревнований на свежем воздухе.

Городской оздоровительный лагерь на базе клуба по месту жительства рассматривается нами как отличная площадка для формирования мотивации на здоровый образ жизни по нескольким причинам.

Во-первых, соблюдается чёткий распорядок дня. Ребята приходят к 8.30 утра, выполняют зарядку и строем, соблюдая правила дорожного движения, двигаются в ближайшее образовательное учреждение на завтрак. Далее некоторое время играют в настольные игры, после чего начинается учебно-тренировочное занятие. Во время лагеря тренировочная программа содержит больше игровых, развлекательных и соревновательных форм. После тренировки все дружно шагают на обед, а затем команда принимает участие в запланированных досуговых

мероприятиях. Далее техническая тренировка или просмотр обучающего видео. В 17.00 все отправляются по домам самостоятельно или в сопровождении родителей.

Во-вторых, регулярное питание на базе школы гораздо лучше фастфуда, который ребята часто покупают в отсутствие родителей. Меню достаточно разнообразно, утверждено заранее, сбалансировано и соответствует всем санитарным нормам и требованиям. Содержит необходимое количество белков, жиров, углеводов и витаминизировано.

В-третьих, достаточно большое количество мероприятий при условии хорошей погоды проводится на улице. У ребят в разы увеличивается двигательная активность, во время соревнований формируется командный дух, присоединяются положительные эмоции, что, несомненно, также приносит пользу.

В-четвёртых, на время лагеря формируется структура самоуправления. Ежедневно назначаются ответственные за дисциплину, дежурные, которые следят за порядком и призывают к аккуратности и чистоплотности. Старшие отвечают за младших, а младшие, в свою очередь, помогают и слушаются старших.

Во время лагеря ежедневно повторяются инструктажи по технике безопасности и правилам дорожного движения. Все клубные мероприятия так или иначе связаны со здоровыми и полезными привычками. Ежедневные регулярные занятия физической культурой и спортом помогают формировать здоровьесберегающие компетенции у обучающихся.

Длительное нахождение в кругу друзей и товарищей, взаимодействие с тренерами, которые являются примером для подражания и имеют неоспоримый авторитет, привлечение родителей для совместных мероприятий, создание условий и возможностей для личностного роста, поощрение достижений и личных заслуг в конце

смены. Всё это, бесспорно, содействует формированию мотивации на здоровый образ жизни в условиях городского оздоровительного лагеря.

Библиографический список

1. *Горизонты лета*: Программа тематических смен в летнем оздоровительном центре для детей и подростков / Под ред. Волохова А.В. Текст: непосредственный. М., 1997.
2. *Волохов, А.В., Фришман И.И. Внимание каникулы! Методическое пособие.* Текст: непосредственный. М: «Центр гуманной литературы», 2005. 128 с.

Калашникова Е.В., Бараковских К.Н.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,

г. Екатеринбург, Россия

kat.gr.96@mail.ru

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ СТУДЕНТОВ ПО
ДИСЦИПЛИНАМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЦИКЛА В УСЛОВИЯХ
ОГРАНИЧИТЕЛЬНЫХ МЕР, ПРЕПЯТСТВУЮЩИХ
РАСПРОСТРАНЕНИЮ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

Аннотация: В статье описывается сложность организации практических занятий по дисциплинам профессионального цикла в условиях ограничительных меры, причины и способы решения возникающих проблем.

Ключевые слова: дистанционное обучение, дисциплины профессионального цикла, практические занятия, организация занятий, физкультура и спорт.

В 2020 году в нашей стране, как и по всему миру, произошли серьезные социально-экономические изменения. Главной причиной которых является коронавирусная инфекция COVID-19. Информация о