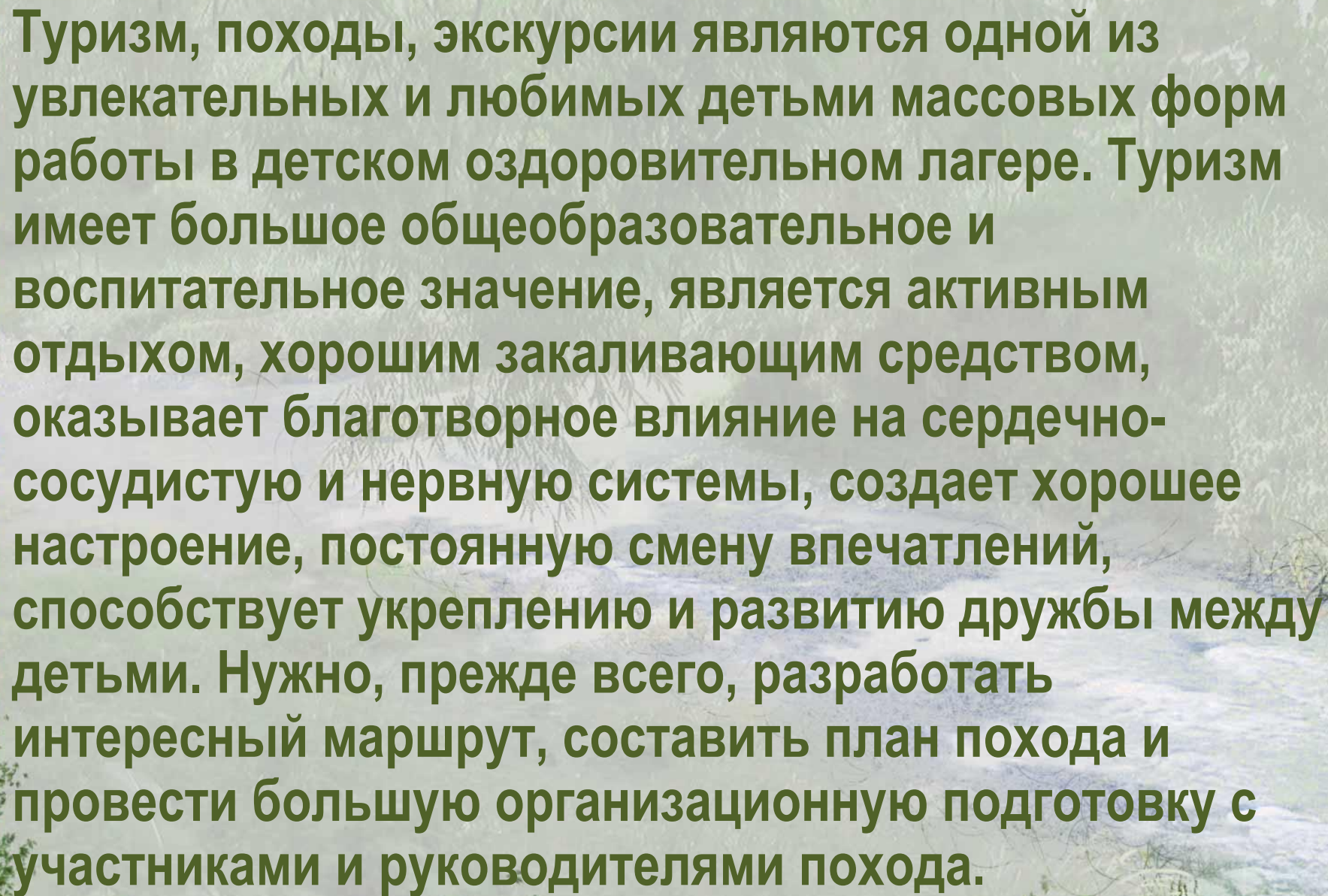


Туризм Организац прогулок Экологическ ая деятельност ь





Туризм, походы, экскурсии являются одной из увлекательных и любимых детьми массовых форм работы в детском оздоровительном лагере. Туризм имеет большое общеобразовательное и воспитательное значение, является активным отдыхом, хорошим закаливающим средством, оказывает благотворное влияние на сердечно-сосудистую и нервную системы, создает хорошее настроение, постоянную смену впечатлений, способствует укреплению и развитию дружбы между детьми. Нужно, прежде всего, разработать интересный маршрут, составить план похода и провести большую организационную подготовку с участниками и руководителями похода.



Занятия туризмом в лагере позволяют получить максимальный образовательно-оздоровительный эффект без значительных физических и эмоциональных перегрузок, характерных для многодневного туристского похода.



При организации занятий по туризму в лагере актуальна возможность вывезти детей из экологически неблагоприятных условий города в относительно чистую природную среду.



Заниматься некоторыми видами туризма могут даже такие дети, которые по своим физическим возможностям в многодневном туристском походе не смогли бы принять участие




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 туристических и экскурсионных мероприятий.

Мероприятия по физическому воспитанию, прежде всего,

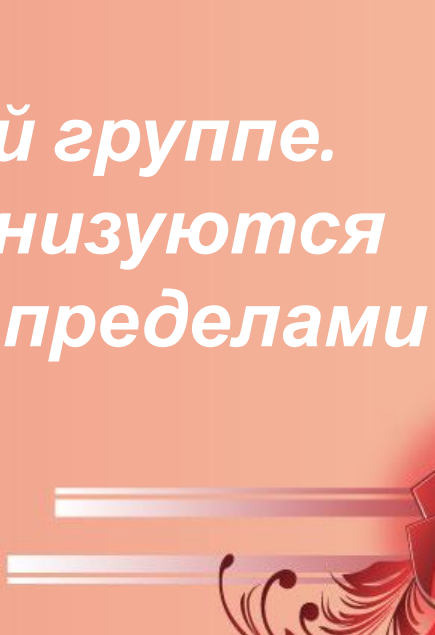
должны:

- соответствовать возрасту детей;
- соответствовать здоровью ребят (осн., подготовит., спец.мед.группа) их уровню физической подготовленности;
- быть неотъемлемой частью режима лагеря;
- отражать общепринятый принцип работы детских организаций - содействие всестороннему развитию инициативы и самостоятельности детей;
- обеспечивать разнообразие занятий физическими упражнениями, в первую очередь таких, которые затруднительно или невозможно проводить в течение учебного года, особенно в условиях города (плавание, туризм, упражнения и игры на местности, подвижные игры, спорт, игры)



На каждого взрослого не должно быть более 20 детей. В однодневном походе участвуют дети с 9 летнего возраста.

Двухдневный и многодневный поход - с 12 летнего возраста, совершенно здоровые, отнесенные к основной группе. Для других детей организуются прогулки, экскурсии за пределами лагеря, преследующие оздоровительные и познавательные цели.



Физкультурно-оздоровительная работа в лагере согласуется с врачом и предусматривает следующие мероприятия:

- **УГГ (утренняя гигиеническая гимнастика);**
- **закаливание (воздушные и солнечные ванны, обтирание, обливание, душ, купание);**
- **занятия в отрядах, кружках, командах, секциях;**
- **экскурсии, походы с играми на местности;**
- **спортивные соревнования, праздники.**

Основное требование к площадкам на открытом воздухе

Спортивные площадки и стадионы на ровном месте вдали от дорог, в безветренных и непыльных местах. Территория должна систематически убираться, не должно быть камней, стекла и других предметов, которые могут послужить причиной травматизма

Важно!

Вожатому необходимо знать группу здоровья каждого своего воспитанника (группа здоровья указана в медицинской карте ребенка), чтобы правильно организовать жизнедеятельность ребят в летнем оздоровительном лагере.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!

**Подготовили:
Ярмоцьк Марина
Макар Татьяна
Бобрик Юлия**

