

СОЗДАНИЕ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОГО ТУРИСТСКОГО ПРОДУКТА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ИМЕЮЩИХ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ В РАМКАХ ИМПОРТОЗАМЕЩЕНИЯ

CREATION OF THE COMPETITIVE TOURIST PRODUCT OF SPORTS ORIENTATION FOR THE STUDENTS HAVING DEVIATIONS IN THE STATE OF HEALTH WITHIN IMPORT SUBSTITUTION

*O. Shimansky
E. Kolganova
I. Zhurina
T. Golushko
E. Andropova
I. Kutyin*

Annotation

In article questions of improvement of the students having deviations in the state of health in the conditions of recreation camp are considered because students upon termination of academic year go on long summer vacation and miss two months of occupations improving physical culture that strongly affects loss of the results acquired for academic year, to weakening of a muscular tone and decline in quality of life during the summer period because of a hypodynamic way of life of modern youth.

Keywords: sports camp, student's youth, limited opportunities, special medical group, import substitution, resort area, tourist product.

Шиманский Оскар Викторович

Преподаватель

Колганова Елизавета Юрьевна

К.п.н., доцент

Журина Ирина Ильинична

Ст. преподаватель

Голушко Татьяна Викторовна

К.псх.н., доцент,

Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации (РАНХиГС)

Андропова Елена Михайловна

Ст. преподаватель,

ФГБОУ ВО "Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма" (ГЦОЛИФК)

Кутыин Илья Викторович

К.п.н., доцент, Институт туризма

и гостеприимства, г.Москва,

(филиал) ФГБОУ ВО Российского

государственного университета

туризма и сервиса, Москва, РФ

Аннотация

В статье рассмотрены вопросы оздоровления студентов имеющих отклонения в состоянии здоровья в условиях оздоровительного лагеря вследствие того, что студенты по окончании учебного года уходят на длинные летние каникулы и пропускают два месяца занятий оздоровительной физической культурой, что сильно сказывается на потере результатов наработанных за учебный год, ослаблению мышечного тонуса и снижения качества жизни в летний период из-за гиподинамического образа жизни современной молодежи.

Ключевые слова:

Спортивно-оздоровительный лагерь, студенческая молодежь, ограниченные возможности, специальная медицинская группа, импортозамещение, курортная зона, туристский продукт.

ВВЕДЕНИЕ

Непрерывность в оздоровительной физической культуре, является главным условием в процессе работы со студентами имеющими отклонения в состоянии здоровья так, как только за счет непрерывности проведения оздоровительных мероприятий достигаются уменьшение не-

гативных последствий патологий и связанных с ними затрат на длительное материальное обеспечение, постепенное излечение и возвращение студентов в основную группу здоровья [6, с. 22–24].

Важнейшей составной частью здорового образа жизни молодого поколения и основным фактором сохране-

ния и укрепления здоровья студентов является длительные и непрерывные занятия оздоровительной физической культурой. А актуальность создания спортивно-оздоровительного лагеря на базе университета в популярной курортной зоне Российской Федерации детерминирована увеличением количества студенческой молодежи отнесенной к специальной медицинской группе (далее – СМГ) и прежде всего снижением требований к проведению занятий по оздоровительной физической культуре в течении всего учебного года [9, с. 25–38].

В каждом крупном федеральном университете должен быть организован летний лагерь с рекреационными и физическими задачами. Для этого наиболее подойдут оздоровительные лагеря и спортивные базы на юге России.

Российские курорты, такие как Крым и Краснодарский край располагают всем необходимым для организации летнего спортивно-оздоровительного лагеря. Такие курортные зоны как Геленджик, Ялта, Сочи, Алушта, Евпатория, Керчь, Адлер и др. вполне могут заменить российских студентам аналогичные зарубежные курорты Турции (Анталья, Кемер, Белек), Кипра (Протарас, Пафос, Айа-Напа) и Греции (о. Крит, о. Родос, Халкидики) [2, с. 92–106].

Все студенческие лагеря расположенные в южном регионе Российской Федерации (Крым и Краснодарский край наиболее популярны в данном сегменте) изначально являются оздоровительными благодаря естественным природным факторам региона: морскому климату, чистому воздуху, солнечным процедурам, купанию в море. Летние детские лагеря на море могут быть расположены на побережье Сочи, Анапы, Геленджика, Адлера и их курортных пригородов, а также в Туапсинском районе, где стоимость студенческого отдыха в 2017 году будет минимальной. Как правило, студенческий спортивно-оздоровительный лагерь расположенный на Черном море имеет обширную дендропарковую территорию, предлагает простые, но очень уютные и чистые спальные домики для молодежи, развитую игровую базу, работу с педагогами, собственный пляж, питание и при всем этом предлагает невысокую стоимость проживания в сутки, доступную разным социальным слоям населения. В среднем цена пребывания одного студента в лагере в сутки составляет 900–1100 рублей. Такие лагеря должны в полной мере расширять свой функционал лечебной и диагностической базой, приобретая статус студенческого спортивно-оздоровительного санатория. В таких санаториях должно предлагаться лечение по многим медицинским профилям и работать специалисты разных профилей (диагносты, остеопаты, кардиологи, методисты ЛФК, и др.), ведь у студентов занимающихся в специальной медицинской группе в большей части диагностируются патологии сердечно-сосудистой, эндокринной и дыхательной систем,

опорно-двигательного аппарата. Студенческие лагеря для молодежи, относящейся к специальной медицинской группе должны не только специализироваться на спортивной и оздоровительной направленности, но и включать творческую и патриотическую составляющую для общего и гармонического развития студенческой молодежи. Такой лагерь может быть организован в период летних каникул студентов ежегодно – с начала июля по конец августа [3, с. 42–50].

МЕТОДОЛОГИЯ

Статистика медицинских осмотров студентов вузов России свидетельствует о наличии многочисленных заболеваний у обучающихся нарушений в сочетании с крайне низким уровнем физической подготовленности. Наиболее распространенными среди студенческой молодежи в последнее время являются заболевания сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, нарушения органов зрения, болезни пищеварительной системы, почек и мочевыводящих путей, дыхательной системы и эндокринной системы [7, с. 64].

На основании представления итогов профилактических медицинских осмотров студентов 1-х курсов в двух крупных университетах Москвы (ФГАОУ ВО "Российский университет дружбы народов, далее – РУДН и "Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации", далее – РАНХиГС) можно определить направления создания спортивно-оздоровительного лагеря по типу заболеваний в процесс физкультурного образования в высшей школе. Итоги профилактических медицинских осмотров наглядно показывают увеличение количества студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья (рис. 1 и 2) [5; 10].

Данные результаты еще раз подтверждают необходимость создания в популярной курортной зоне Российской Федерации спортивно-оздоровительного лагеря. как дополнительно средства в укреплении здоровья студентом и устранения негативных последствий патологий и заболеваний. Создание данного лагеря также может способствовать улучшению качества образовательного процесса. Ведь, в качестве поощрения за хорошую учебу студенты могут получить возможность за 50% компенсации стоимости (или вовсе бесплатно) отдыха провести с пользой время в лагере на море и укрепить здоровье. Особенность данной поездки заключается в том, что преподавателями по физической культуре и инструкторами-методистами по ЛФК для студентов СМГ должна быть разработана специальная программа укрепления здоровья с использованием кинезиотерапии, оздоровительного плавания, терренкура и подвижных игр.

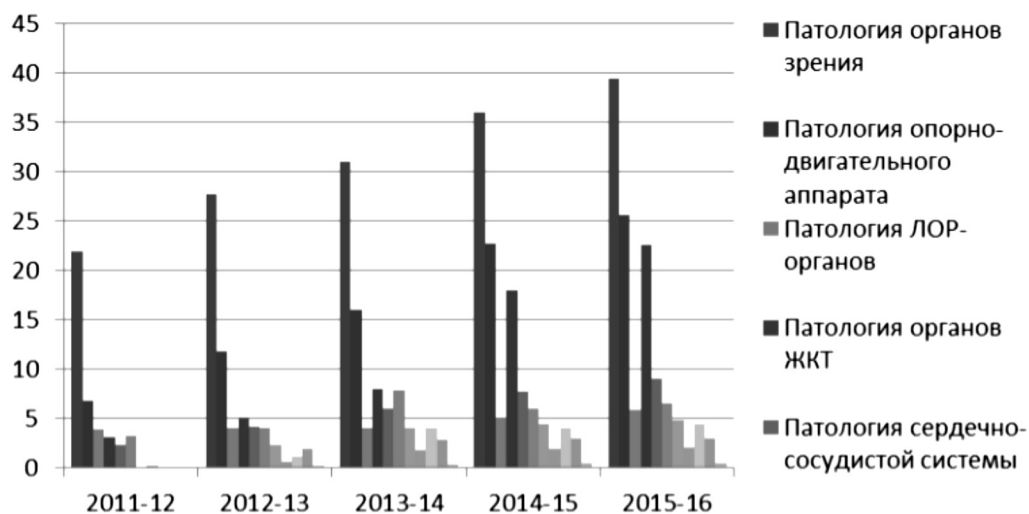


Рисунок 1. Распределение заболеваний выявленных при профилактических осмотрах студентов 1 курса РУДН (% от общего числа студентов СМГ).

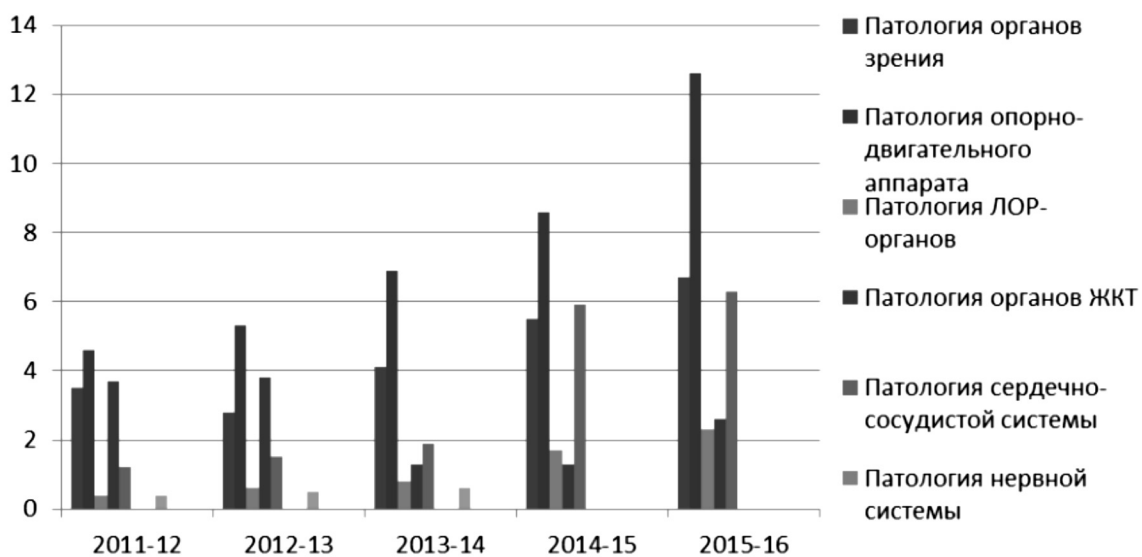


Рисунок 1. Распределение заболеваний выявленных при профилактических осмотрах студентов 1 курса РАНХиГС (% от общего числа студентов СМГ).

В течении 21 дня нахождения в таком лагере, студенты должны заниматься по специальной программе, с регулярными занятиями общей физической подготовкой, с учетом индивидуальных особенностей физического развития и противопоказаний.

С окончанием учебного года и успешной сдачей экзаменов у студентов есть возможность снять утомление и повысить свою работоспособность в спортивно-оздоровительном лагере. Пребывание в спортивно-оздорови-

тельном лагере кардинально улучшает деятельность не только психо-эмоциональной сферы, но и вегетативных органов (сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной и других систем), а также опорно-двигательного аппарата [11, с. 371–373].

Улучшение функционирования психоэмоциональной сферы происходит за счёт:

- ◆ положительных реакций по поводу удачной сессии;

- ◆ отсутствия необходимости сдачи экзаменов;
- ◆ отсутствия учебных занятий (смена обстановки);
- ◆ новых межличностных контактов;
- ◆ новых форм в распорядке дня, что обусловлено эвристической функцией физкультурной деятельности;
- ◆ эмоциональные игры.

Улучшение функционального состояния жизнеобеспечивающих систем объясняется тем, что 90–95% времени в спортивно-оздоровительном лагере студент находится на свежем воздухе, а его двигательная активность возрастает в десятки раз по сравнению с учебным годом [1].

В спортивно-оздоровительном лагере студенты с утра и до вечера ежедневно, сами того не ощущая, пребывают в постоянном движении. Ведь это – утренняя гимнастика, закаливающие процедуры, целый день – бадминтон, настольный теннис и футбол; турпоходы (пешие, конные, водные, вело); военно-спортивные игры; малые олимпиады; первенства отрядов, лагеря и межлагерные; плавание; катание на роликах; работа на тренажерах и т.д. [4, с. 22–26].

Для полноценного спортивно-оздоровительного отдыха студентов лагерь должен обладать следующей инфраструктурой:

1. Расположение:

- ◆ благоустроенные корпуса с новой современной мебелью, санитарными блоками и необходимой техникой в холлах (ТВ, DVD, спутниковое ТВ, компьютер);
- ◆ столовая минимум на 150 мест, оснащенная современным технологическим оборудованием, мебелью, шведской линией;
- ◆ собственный песчаный пляж протяженностью 250 м, оборудованный теньвыми навесами, душевыми, шезлонгами, спасательной вышкой, игровым инвентарем;
- ◆ мини аквапарк
- ◆ надувные водные аттракционы;
- ◆ бассейн;
- ◆ волейбольная и баскетбольная площадки;
- ◆ футбольное поле;
- ◆ оборудованный туристический городок;
- ◆ атлетический городок (силовые тренажеры);
- ◆ столы для настольного тенниса;
- ◆ костровые и отрядные площадки и беседки в зеленой зоне;
- ◆ открытая эстрада со сценой;
- ◆ медиа-центр;
- ◆ дворец творчества;
- ◆ веревочный городок;
- ◆ различные виды постоянно-действующих клубов, творческих мастерских, секций;
- ◆ библиотека;

- ◆ отрядные места в холлах;
- ◆ прачечная;
- ◆ медицинское отделение;
- ◆ сейф для хранения денег и ценных вещей у администратора;
- ◆ благоустроенная территория с покрытием WiFi;

Вся территория детского лагеря, в том числе и на море, должна быть ограждена, обеспечена круглосуточная охрана силами профессионалов службы безопасности. Занятия в морском, туристическом, спортивных клубах, купание, водные занятия должны осуществляться под тщательным наблюдением медперсонала лагеря, спасателей и инструкторов.

2. Проживание:

В четырехэтажных корпусах, в комнатах по 4–8 человек, с удобствами как на этаже, так и в комнатах. Комнаты должны быть оборудованы новыми 2-х ярусными кроватями, удобными шкафами, в которых можно комфортно разместить одежду, косметику, купальные принадлежности. Вода: холодная, горячая постоянно.

3. Питание:

В лагере 5-разовое (завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин) по сбалансированному меню с элементами шведского стола.

4. Пляж:

Собственный песчано-галечный пляж, расположенный в 50–70 метрах от территории лагеря. Территория пляжа должна быть оборудована теньвыми навесами, на воде по возможности могут находиться надувные водные аттракционы. Постоянно должна работать спасательная служба.

5. Медицинское обслуживание:

Все студенты должны пребывать под неусыпным медицинским контролем, осуществляемым опытным медицинским персоналом. Медицинская помощь должна оказываться круглосуточно. Каждый отдыхающий, который находится в лагере должен быть застрахован (стандартная страховка и страховка от несчастных случаев). В лагере обязаны быть созданы прекрасные условия как для оказания срочной медицинской помощи, так и для лечения тех, кто заболел в течение смены. Медработники должны осуществлять постоянный контроль за санитарным состоянием территории и жилых помещений, работой пищеблока, контролируя водные процедуры, спортивные соревнования, все занятия. [8, с. 106–108].

Стоимость путевки для студентов без учета скин-дока должна соответствовать минимальным ценам (включая трансфер ж/д вокзал курорта – комплекс – ж/д вокзал курорта):

- ◆ на 7 дней – 15 000 рублей;

- ◆ на 14 дней – 24 000 рублей;
- ◆ на 21 день – 33 000 рублей;

В стоимость путевки должно входить:

- ◆ проживание 4–6–местное;
- ◆ питание трехразовое;
- ◆ пользование всей инфраструктурой лагеря;
- ◆ трансфер – ж/д вокзал курорта – комплекс – ж/д вокзал курорта;
- ◆ морская прогулка;
- ◆ услуги руководителя на группу от 20 человек.

Преподаватели по физической культуре и тренеры, работающие со своими группами (из расчета на 15 студентов 1 вожатый), должны приниматься в такой лагерь бесплатно (за счет средств бюджета образовательной организации).

РЕЗЮМЕ

Главное в спортивно-оздоровительном лагере – восстановление и укрепление здоровья, общение со сверстниками, встречи с новыми друзьями и улучшение психо-эмоционального состояния и социального статуса студенческой молодежи. В каждой смене должны проводиться зажигательные конкурсы и развлекательные программы, традиционные праздники и новомодные квесты и флеш-мобы, спортивные чемпионаты и первенства, спортивно-оздоровительные мероприятия в море, бассейне и на свежем воздухе, а по вечерам – тематические дискотеки и шоу-программы.

Для любителей познавательного отдыха за дополнительную плату должны предлагаться экскурсии по историческим и живописным местам курорта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абаскалова Н.П., Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе "школа – вуз": автореф. дис. д-ра пед. наук /Н.П. Абаскалова. – Барнаул, 2000. – 40 с.
2. Андропова Е.М., Романенков А.И., Гржебина Л.М., Подкорытова Е.А., Кутын И.В., Анализ проблем и перспектив развития лечебно-оздоровительного туризма в Крыму / Научный журнал "Сервис в России и за рубежом" – 2016.– №3 (64).– С. 92–106.
3. Андропова Е.М., Романенков А.И., Кутын И.В., Проблемы и перспективы развития молодежного спортивно-оздоровительного туризма в Крыму / Научный журнал "Сервис в России и за рубежом" – 2016.– Т. 10, №8 (69).– С. 42–50.
4. Бальсевич В.К., Физическая подготовка в системе воспитания культуры ЗОЖ человека (методологический, экологический и организационный аспекты) /В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. 1990. –№1. – С. 22–26.
5. Бароненко В.А., Здоровье и физическая культура студента /В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. М.: Альфа-М, 2006. – 352 с.
6. Буранова, Г.П., Организация жизни детей в летнем лагере текст. /Г.П. Буранова. – М.: Воспитание школьников. 1996. – № 2–3. – С. 22–24.
7. Кутын И.В., Ткаченко С.А., Оздоровительная физическая культура как средство формирования базовых элементов учебной деятельности детей младшего школьного возраста / Научно-методический журнал "Физическая Культура: воспитание, образование, тренировка" – 2011.– №3.– С. 64.
8. Кольхалин, В.В., Ларионова, Н.И., Оздоровительно-спортивная работа с детьми в летний период // Актуальные проблемы физической культуры: Матер, регион, науч.-практ. конф. Ростов-на-Дону, 1995. – С. 106–108.
9. Спирина, Л.В., Дети, здравствуйте всегда! Комплексная система оздоровительной работы в детском лагере: Сборник методических рекомендаций текст. /Л.В. Спирина. Туапсе: ВДЦ "Орленок", 2002. – В 3-х частях. – С. 25–38.
10. Янчик Е. М., Программно-методическое обеспечение оздоровительных занятий в специальных медицинских группах школьниц 11–14 лет: автореф. дис. . канд. пед. наук /Е.М. Янчик. – Тюмень, 2002. – 22 с.
11. Wyle W.E., Cost-benefit analysis of a school health education program one method. / W. E. Wyle // J. Sch. Hlth. – 1983. – Vol. 53. – № 6. – P. 371–373.

© О.В. Шиманский, Е.Ю. Колганова, И.И. Журина, Т.В. Голушко, Е.М. Андропова, И.В. Кутын, (ilya-kutin@yandex.ru), Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»,

