Марафон передовых практик по направлениям деятельности в системе дополнительного образования детей Смоленской области физкультурно-спортивной направленности

Спортивное волонтерство как инструмент воспитания активной личности и средство продвижения здорового образа жизни

Хозяинова А.С.,
руководитель волонтерского штаба Дорогобужского МО,
преподаватель по ритмопластике в доме детского творчества,
учитель физической культуры в Дорогобужской СОШ №1

Сегодня важно не только вовлекать детей и подростков в занятия физической культурой, но и формировать у них ответственность, инициативность, навыки сотрудничества и готовность помогать другим. Спортивное волонтерство объединяет физическую активность и воспитательную работу: подросток становится не только участником мероприятия, но и его организатором, помощником и ответственным членом команды.

Цель практики — создать условия для воспитания активной личности средствами спортивного волонтёрства и одновременно показать, что здоровый образ жизни может быть привлекательным, доступным и связанным с общением, поддержкой и личным примером.

Для достижения этой цели определены несколько задач: познакомить участников с содержанием и принципами спортивного волонтерства; научить их распределять обязанности и работать в команде; развить навыки понятного и доброжелательного общения; сформировать ответственное отношение к безопасности и доступности спортивных мероприятий; закрепить полученные знания в ходе практического физкультурного праздника.

Практика рассчитана на подготовку подростков к конкретным волонтерским ролям. Это может быть помощник координатора, сопровождающий команды, ответственный за станцию, консультант по правилам или участник, который помогает поддерживать порядок и доброжелательную атмосферу. При этом принципиально важно, что волонтер не заменяет педагога или специалиста. Он действует в пределах своих полномочий, соблюдает инструкции и обращается к ответственному взрослому в ситуациях, требующих профессионального решения.

Подготовка организована в формате четырех занятий по 45 минут. На первом занятии «Волонтер: участие, помощь, ответственность» подростки обсуждают, что такое добровольчество, почему важны надежность и личная ответственность, а также разбирают возможные волонтерские роли. На втором занятии «Понятное общение и поддержка» участники учатся давать короткие инструкции, внимательно слушать, корректно предлагать помощь и поддерживать тех, кому трудно включиться в общее дело.

Третье занятие посвящено безопасности и доступности. Волонтеры учатся проверять пространство, замечать потенциальные риски, соблюдать правила передвижения участников и своевременно сообщать взрослому о проблеме. Особое внимание уделяется тому, чтобы задания были посильными, а участие — комфортным для детей с разным уровнем физической подготовки.

На четвертом занятии «Организуем вместе» подростки распределяют обязанности, составляют маршрут команд, репетируют объяснение заданий и учатся действовать согласованно. Таким образом, подготовка не ограничивается теорией: каждый участник пробует себя в роли организатора и получает обратную связь.

Центральным элементом практики является физкультурный праздник «Движение объединяет». Его продолжительность составляет 70 минут: 10 минут отводится на встречу и инструктаж, 45 минут — на прохождение четырех станций, 10 минут — на общее задание и 5 минут — на подведение итогов. Участники работают командами и переходят от станции к станции по маршрутному листу.

На станции «Действуем вместе» выполняются задания на взаимодействие и согласованность. Станция «Точный маршрут» развивает внимание, ориентирование и умение следовать инструкции. На станции «Эстафета поддержки» акцент сделан не на скорости, а на взаимопомощи, соблюдении правил и поддержке каждого участника. На станции «Мой следующий шаг» участники формулируют личный небольшой шаг, связанный с движением, режимом дня, активным отдыхом или полезной привычкой.

Такой формат позволяет показать, что здоровый образ жизни — это не только спортивный результат. Это регулярная физическая активность, безопасное поведение, умение заботиться о своем самочувствии, полноценное общение и готовность поддержать другого человека. Через практическое участие подростки видят, что их инициативы действительно влияют на общий результат мероприятия.

Важной частью работы является обеспечение безопасности. До начала мероприятия проверяются покрытие, оборудование и пространство станции. Для каждой зоны назначается ответственный взрослый. Волонтеры заранее знакомятся с правилами, не используют опасные приемы и не принимают самостоятельных решений в случае травмы или ухудшения самочувствия участника. Все задания имеют понятные инструкции и могут быть адаптированы по уровню сложности.

Результативность практики оценивается не только по количеству участников. Используются наблюдение педагогов, учет выполнения волонтерских ролей, маршрутные листы, краткая самооценка подростков и обратная связь участников мероприятия. Важно определить, стал ли волонтер увереннее общаться, умеет ли объяснить свою задачу, соблюдает ли правила безопасности, проявляет ли инициативу и способен ли работать в команде.

Ожидается, что после завершения практики подростки смогут объяснить значение спортивного волонтерства, выполнять конкретные поручения, взаимодействовать с участниками разных возможностей, поддерживать безопасную и доброжелательную атмосферу. Кроме того, у них формируется личный опыт полезной активности и понимание

того, что здоровые привычки легче закрепляются в коллективе, где есть поддержка и положительный пример.

Практическая ценность разработки состоит в ее воспроизводимости. Для проведения мероприятия не требуется сложное оборудование или большие финансовые затраты. Нужны безопасная площадка, базовый спортивный инвентарь, маршрутные листы, карточки ролей и подготовленная команда взрослых и подростков. Сценарий можно адаптировать под школу, учреждение дополнительного образования, спортивную секцию или пришкольный лагерь.

Таким образом, спортивное волонтерство выступает одновременно воспитательным, социальным и физкультурным ресурсом. Оно помогает подростку перейти от позиции пассивного участника к позиции человека, который предлагает идеи, берет на себя ответственность и действует вместе с другими. Именно поэтому данная практика может быть полезна педагогам и организаторам физкультурно-спортивной работы.

В заключение хочу подчеркнуть: активная личность формируется не только в ходе бесед, но и в реальных ситуациях выбора, сотрудничества и ответственности. Спортивное волонтерство создает такие ситуации. Оно помогает продвигать здоровый образ жизни через личное участие, взаимопомощь и положительный эмоциональный опыт.