

УДК [616.8-009.214:796.062.4]-053.6
DOI: 10.36979/1694-500X-2024-24-9-203-210

**ВОЕННО-СПОРТИВНЫЕ ЛАГЕРЯ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ
И ЮНОШЕЙ КАК АЛЬТЕРНАТИВА ДЕВИАЦИИ
И ПОВЫШЕНИЯ ПОТЕНЦИАЛА ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТКОВ**

Э.З. Тургумбекова, З.З. Османбекова, А.З. Тургумбеков

Аннотация. Рассмотрены вопросы воздействия на человека неблагоприятной социальной среды, в том числе компьютерной зависимости у детей, подростков, юношей как наиболее уязвимой части населения. Проанализировано состояние здоровья подростков и юношей в Кыргызстане. Обоснованы реабилитационные мероприятия для улучшения потенциала их здоровья. Изучены нейрофизиологические механизмы нарушения адаптивности к физическим нагрузкам, выявлен самый уязвимый возраст среди подростков. В качестве реабилитационных и профилактических мер разработаны практические рекомендации. Были предложены военно-спортивные лагеря нового поколения на Иссык-Куле.

Ключевые слова: психическое здоровье подростков; игровая зависимость; неврозоподобные и психогенные заболевания; реабилитационные и профилактические меры; военно-спортивный лагерь.

**ӨСПҮРҮМДӨРДҮН ДЕН СОЛУК ПОТЕНЦИАЛЫН ЖОГОРУЛАТУУ
ҮЧҮН ЖАНА ДЕВИАЦИЯНЫН АЛЬТЕРНАТИВАСЫ КАТАРЫ
ӨСПҮРҮМДӨР ЖАНА УЛАНДАР ҮЧҮН АСКЕРДИК СПОРТ ЛАГЕРЛЕРИ**

Э.З. Тургумбекова, З.З. Османбекова, А.З. Тургумбеков

Аннотация. Адамга жагымсыз социалдык чөйрөнүн, анын ичинде калктын кыйла аялуу бөлүгү катары балдардын, өспүрүмдөрдүн, уландардын компьютердик көз карандылыгынын таасири маселелери каралды. Кыргызстандагы өспүрүмдөр менен жаштардын ден соолугунун абалы талданды. Алардын ден соолугунун потенциалын жакшыртуу үчүн реабилитациялык иш-чаралар негизделген. Физикалык жүктөмдөргө адаптациялоонун бузулушунун нейрофизиологиялык механизмдери изилденип, өспүрүмдөр арасында эң аялуу курак аныкталды. Реабилитациялык жана профилактикалык иш-чаралар катары практикалык сунуштар иштелип чыккан. Ысык-Көлдө жаңы муундагы аскердик-спорттук лагерлер сунушталды.

Түйүндүү сөздөр: өспүрүмдөрдүн психикалык саламаттыгы; оюнга болгон көз карандылык; неврозго окшош жана психогендик оорулар; реабилитациялык жана алдын алуу чаралары; аскердик спорт лагерери.

**MILITARY SPORTS CAMPS FOR TEENAGERS AND YOUNG MEN,
AS AN ALTERNATIVE TO DEVIATION AND INCREASING
THE HEALTH POTENTIAL OF ADOLESCENTS**

E.Z. Turgumbekova, Z.Z. Osmanbekova, A.Z. Turgumbekov

Abstract. The issues of human exposure to an unfavorable social environment, including computer addiction in children, adolescents, and young men as the most vulnerable part of the population, are considered. The state of health of adolescents and young men in Kyrgyzstan is analyzed. Rehabilitation measures to improve their health potential are justified. The neurophysiological mechanisms of impaired adaptability to physical exertion have been studied, and the most vulnerable age among adolescents has been identified. Practical recommendations have been developed as rehabilitation and preventive measures. Military sports camps of the new generation on Issyk-Kul were proposed.

Keywords: mental health of adolescents; gaming addiction; neurosis-like and psychogenic diseases; rehabilitation and preventive measures; military sports camp.

Введение. Наиболее актуальным и социально значимым является состояние здоровья детей, особенно подростков и юношей, которые в дальнейшем становятся военнослужащими. В настоящее время люди подвергаются воздействию факторов, характерных для настоящего времени, в котором живет и развивается общество – это, в первую очередь, зависимость. Цивилизация не только приносит удобства в человеческую жизнь, но и вызывает опасность. Благодаря современным технологиям наша повседневная жизнь стала проще и комфортнее, но в то же время мы подверглись воздействию многих негативных факторов, постоянное влияние которых, подобно вредному излучению, привело к возникновению новых заболеваний – диабету, генетическим заболеваниям, неврозам, психогенным заболеваниям.

Актуальность. Влияние на человека неблагоприятных социально-экономических, экологических факторов, информационных перегрузок и других стрессорных воздействий приводит к срыву компенсаторных функций организма и возникновению различных расстройств здоровья. Наиболее чувствительным и уязвимым является подростковый возраст, так как в этот период происходят самые бурные изменения в организме. (ВОЗ, 1987). Проблема охраны здоровья подрастающего поколения является актуальной и важнейшей народнохозяйственной, социально-экономической и политической проблемой. От эффективности ее решения во многом зависит уровень развития страны. Одной из важных проблем, связанной с состоянием психического здоровья, являются случаи употребления подростками психоактивных веществ, что составляет более 30 % в структуре всех психических и поведенческих расстройств.

В проведенном исследовании в ряде школ Московской области, где учатся дети из достаточно благополучных семей (дети инженерных и научных работников) более 66 % мальчиков подтвердили опыт знакомства с алкоголем [1, 2]. Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), начиная с 1 января 2022 года, избыточное увлечение компьютерными играми, приводящее к игровой зависимости, достигло официального признания как болезнь и было

включено в Международный классификатор болезней 11 пересмотра (МКБ-11) в категорию аддиктивных расстройств поведения [3, 4].

Причинами зависимости у детей чаще всего бывает дефицит внимания родителей, т. е. ребёнок не получает достаточного количества внимания, постоянно идет игнорирование, он лишён любви и участия. Подобное происходит в проблемных семьях. Если в семье насилие – это норма, а скандалы и побои – часть образа жизни, то убежать от проблем можно не только физически, но и виртуально, особенно детям. Им некуда бежать, они вынуждены переживать любой крик или скандал, развод родителей или любую другую психологическую встряску, уходят от реальности в компьютерный мир.

Компьютерная зависимость у взрослых приносит не меньше проблем. Смартфон – это не только средство связи, но и личный помощник, а также источник новой информации. Однако развитие технологий имеет свои негативные последствия, приводящие к зависимости и страху. Согласно исследованиям, более 60 % людей на Земле боятся остаться без смартфона, а у 10 % жителей планеты этот страх уже определяется как номофобия – фобия утраты возможности использования телефона. Таким образом, проблема сохранения психического здоровья населения становится все более острой.

Это стало причиной проведения исследования тенденций развития номофобии [5–8]. В неблагополучных семьях часто происходят ссоры между взрослыми, скандалы, непонимание, из-за чего остается глубокий осадок в сердце. Часто взрослые мужчины закрываются, уходят в себя и решают «семейные проблемы» с помощью компьютерных игр, боясь разобраться с проблемой в реальности. Номофобия – это патологическая зависимость от мобильных технологий, которая проявляется в неконтролируемом и чрезмерном использовании смартфонов, а также опасение быть оторванным от своего устройства или отсутствия доступа к информации.

Термин «номофобия» образован от сокращения No Mobile Phone Phobia. Термин был введен в 2008 году и описывает состояние тревоги и паники, которое возникает у человека, когда он не может использовать свой мобильный

телефон для общения. Ученые университета штата Айова в своем исследовании номофобии выделили три степени номофобии: мягкую, умеренную и тяжелую.

Первые две стадии могут быть подкорректированы самостоятельно, на последней стадии необходимо обращение к психологу за получением профессиональной консультации. Во время консультации выявляются причины номофобии, степень и механизмы, вовлеченные в формирование зависимости. Номофобия проявляется в виде панических атак, раздражительности, тошноты, стресса, головной боли, избыточной потливости, нарушенного сердцебиения, недостатка кислорода и боли в груди. Эти симптомы усиливаются, когда человек, страдающий номофобией, лишается своего мобильного телефона, и не прекращаются до устранения проблемы. Для людей, страдающих номофобией, характерно всегда иметь телефон в руках, практически круглосуточно [5–8]. Новые критерии и каноны существования общества диктует киберпреступность, внедряются насилие, гендерная неравенность, продажность, вседозволенность.

Цель нашего исследования – оценить состояние здоровья подростков и юношей от 15 до 18 лет и разработать эффективные, патогенетически обоснованные коррекционные мероприятия в виде здоровьесберегающих технологий, которые могли улучшить состояние здоровья, повысить их компенсаторные возможности организма, а самое главное, воспитать дух патриотизма и любви к Родине. В связи с вышеуказанным мы сформировали главную цель – обосновать и подобрать наиболее патогенетически обоснованные здоровьесберегающие технологии. Для достижения поставленной цели перед нами стояли следующие задачи:

1. Изучить состояния здоровья подростков и юношей в возрастном аспекте.
2. Подобрать и обосновать наиболее патогенетические обоснованные мероприятия для достижения данной цели.
3. Дать рекомендации для разработки военно-спортивных лагерей нового поколения.

Гипотеза. Исследования нейрофизиологических основ психической зависимости выявили особенности работы мозга. Система

подкрепления – это управляющая нашим поведением система мотивации. Она работает на дофамине, вызывающем эйфорию в веществе, которое мозг выбрасывает, когда мы достигаем успеха или хотя бы приближаемся к нему. Нейробиологи обнаружили, что дофаминовый всплеск мы получаем и за счёт цифровых стимулов. Дофамин – это медиатор, который выделяется в черной субстанции среднего мозга и вызывает чувство удовольствия, отсюда и зависимость. А лечение зависимости – это интеграция в другую зависимость. Любые мероприятия, связанные с миостатической функцией приведут к заместительной терапии.

Перед нами стояла задача подобрать и обосновать наиболее перспективный метод коррекции, который был бы дешевым, не вызывал больших затрат и был бы достаточно хорошо изучен. В связи с вышеуказанным мы сформировали главную задачу: обосновать и подобрать наиболее патогенетически обоснованные здоровьесберегающие технологии для оздоровления подростков в виде военно-спортивных лагерей.

Материалы и методы исследования. Рассматривая исследуемую проблему со всех сторон, мы разработали схему причинно-следственных факторов, влияющих на состояние здоровья подростков и юношей (рисунок 1).

Основной задачей исследования было оценить состояние здоровья подростков и юношей от 15 до 18 лет по показателям функционирования вегетативной нервной системы (ВНС), чтобы выявить слабые звенья в формировании заболеваний как соматической, так и нервной системы [9, 10].

Нами были проведены клинические наблюдения, при которых обследовано 230 подростков и юношей. Их поделили на группы – первую и вторую группы здоровья. Для обследования были разработаны специальные клинические карты, где мы использовали общепринятые методы неврологического исследования. Клинические наблюдения показали, что в 15-летнем возрасте здоровых было 74 %, небольшая часть – 17,4 % – имели вегетативно-сосудистые отклонения, а астено-невротическим синдромом страдали 8 % подростков. В 16-летнем возрасте здоровые подростки составили 72 %,



Рисунок 1 – Причинно-следственные факторы, влияющие на состояние здоровья подростков и юношей

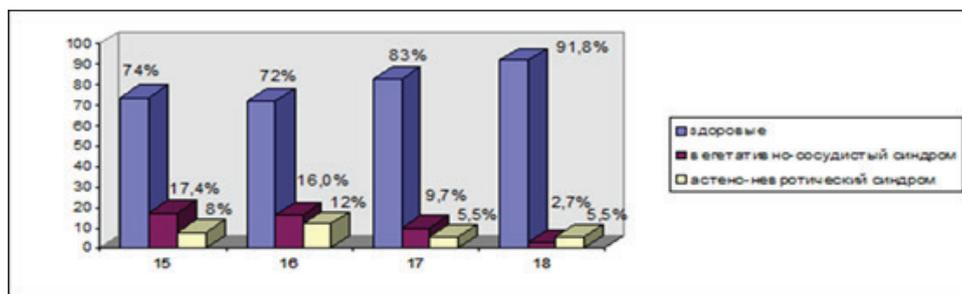


Рисунок 2 – Клинические наблюдения – синдромальный аспект

у 16,0 % отмечена вегето-сосудистая дистония (ВСД) и 12 % страдали астено-невротическим синдромом. В 17-летнем возрасте 83 % юношей были здоровыми, 2,7 % имели ВСД, 5,5 % – астено-невротический синдром. Юноши 18 лет были здоровыми – 91,8 %, 2,7 % страдали ВСД, 5,5 % – астено-невротическим синдромом (рисунок 2).

В рамках исследования важно было оценить состояние здоровья подростков и юношей 15–18 лет и разработать эффективные, патогенетически обоснованные коррекционные мероприятия в виде здоровьесберегающих технологий, которые могли улучшить состояние здоровья, повысить их компенсаторные возможности организма, а самое главное, воспитать дух патриотизма и любви к Родине [9–11]. В связи с вышеуказанным, мы сформировали главную задачу – обосновать и подобрать наиболее патогенетически обоснованные здоровьесберегающие

технологии для оздоровления подростков и возможность компенсировать недостаток дофамина, адреналина, норадреналина.

В качестве реабилитационных и профилактических мер для повышения уровня здоровья подростков были предложены военно-спортивные лагеря нового поколения (ВСЛ). Для качественного определения обозначенных мер нами были выработаны показатели по основным показаниям и противопоказаниям. Разделили показания на две группы. К первой отнесли показания, разработанные для подростков и юношей, которые будут проходить подготовку в военно-спортивном лагере. Ко второй – методические особенности организации оборонно-спортивного оздоровительного лагеря. Таким образом, проведя большой комплекс исследований, мы попытались выявить основные причины, которые привели к снижению уровня здоровья, способность разорвать замкнутый круг ухудшения

состояния здоровья нации. Разработали методы оздоровления и реабилитации, повышения компенсаторных возможностей организма подростков и юношей, что дает возможность стабилизировать обстановку и укрепить боеспособность армии. Для решения поставленной задачи нами были проведен анализ литературных источников возникновения и проектирования детских лагерей отдыха.

В процессе анализа была показана эволюция их развития. Первоначальной единицей лагеря был жилой малоэтажный сельский дом периода второй половины XIX века. С течением времени он преобразуется в лагерь XXI века, представляющий собой сложную градо-архитектурную композицию, включающую гражданские здания всех типов, и урбанизацию территорий, прилегающих к зданиям. Выявлена общая классификация детских оздоровительных лагерей [12].

По месту размещения выделены:

- стационарные – детские оздоровительные учреждения, расположенные, как правило, за городом;
- лагеря, базой которых является общеобразовательное учреждение;
- лагеря, организуемые на уже имеющейся базе (турбазы, профилактории или гостиницы);
- полевые и палаточные, экспедиционные, передвижные лагеря.

Анализ источников исследуемой проблемы выявил следующие виды лагерей, которые подразделены на:

- 1) спортивно-оздоровительные лагеря, включающие скаутские, туристские, спортивные;
- 2) санаторные лагеря;
- 3) образовательные лагеря, включающие творческие, религиозные, языковые, научные [12].

Наряду с перечисленными лагерями, в последнее время получило широкое распространение военно-спортивные лагеря (ВСЛ). Это особый тип лагерей, который предлагает молодежи возможность приобщиться к милитари-спортивной культуре, повысить свою физическую и психологическую выносливость, научиться дисциплине и основам военного дела. ВСЛ

пользуются спросом не только среди любителей милитари-спорта, но и среди тех, кто желает защитить свою страну в будущем. Теоретические аспекты ВСЛ могут быть разделены на несколько подходов.

Во-первых, физические тренировки. Они должны быть эффективными и безопасными, а также прививать дисциплину. Также важна педагогическая составляющая – занятия должны проводиться высококвалифицированными тренерами.

Во-вторых, аспекты военного дела, которые должны быть проработаны в лагере. Это могут быть основы стрелковой подготовки, основы тактики и теория военных действий. Очень важно, чтобы эта информация была преподнесена с учетом возраста и уровня подготовки участников.

В-третьих, формирование характера участников. Человек должен уметь принимать решения, быть ответственным за свои поступки, уважать других и быть готовым к трудностям. Все эти качества могут быть развиты в военно-спортивном лагере [13].

ВСЛ – это объекты инфраструктуры, созданные для физической подготовки и обучения военнослужащих и других лиц, занятых в области обороны и безопасности. Для создания таких лагерей используются различные инструменты (строительные машины и техника) и технологии. Современные технологии позволяют создать комфортные условия для проживания и занятий, включая системы кондиционирования воздуха, отопления, электроснабжения и водоснабжения.

Одним из самых популярных элементов подобной инфраструктуры являются специальные учебные комплексы, предназначенные для подготовки военнослужащих и других лиц, занятых в области обороны. Для высокой эффективности военных учений и тренировок также используются новейшие технологии, такие как виртуальная реальность и техники смешанных боевых искусств. В целом, при строительстве военно-спортивных лагерей все средства и технологии используются для достижения одной цели – максимальной подготовки военнослужащих и обеспечения безопасности общества.

В России такие лагеря создаются на базе военных учебных заведений, где проводятся

программы по физической подготовке, обучению тактике и стратегии, формированию духовно-нравственной составляющей. Кроме того, существуют лагеря с элементами военной подготовки для гражданских лиц, которые проводятся на базе военных частей и направлены на повышение общей физической подготовленности, воспитание дисциплины, силы воли и уверенности в себе [13].

Разработка в Кыргызской Республике ВСЛ круглогодичного функционирования стала первоочередной задачей для реабилитационных и профилактических мероприятий. В основу исследований положены архитектурные и здоровьесберегающие критерии, способствующие улучшению здоровья подростков и юношей призывного возраста. Понятно, что главная цель исследования, это способствовать развитию детей в различных направлениях, приучать к труду, уважать старших, любить природу. Следовательно, создание ВСЛ будет способствовать формированию в детях нравственно-психологической базы, которая может помочь найти выход из любой экстремальной ситуации. Ребята здесь учатся быть взрослыми и самостоятельно отвечать за свои действия. Для жизни и отдыха в этих учреждениях должны быть созданы все необходимые условия.

В основу архитектурно-пространственных критериев положено исследование, посвященное комплексному изучению взаимосвязи и влияния материально-технической среды на здоровье подростков и юношей для оздоровления и подготовки их к военной службе в Вооруженных силах КР и РФ. Конечным результатом должны стать разработанные принципиальные схемы функциональных и композиционно-пространственных моделей объектов военно-спортивного назначения круглогодичного использования по их размещению, вместимости, составу помещений. Ожидаемыми результатами в первую очередь станет улучшение состояния здоровья подростков и юношей (призывного возраста), как фактора повышения обороноспособности КР и РФ. Примерами таких объектов служат созданные ВСЛ в КР на базе ранее существовавших пионерских лагерей.

Анализ показал, что на сегодняшний день в Кыргызстане насчитывается 16 детских лагерей, содержание которых включает различные направления: оздоровительные, языковые, спортивные, военно-спортивные и т. д. [14]. Программы пребывания детей и подростков в них различны, но вместе с тем их объединяют игровые, спортивные и оздоровительные мероприятия. К примеру, на базе учебного центра для новобранцев управления ГПС КР по Иссык-Кульской области открыли военно-спортивный лагерь для школьников [15–17].

В пограничном ведомстве особое внимание уделяется военно-патриотическому воспитанию молодежи. По всей стране в школах действуют классы юных пограничников, которые были открыты совместно с российскими стражами границ. Там подростков учат ходить строем, слушать командира и метко стрелять. В будущем они пополнят ряды национальной армии. Бег, отжимания, марш на плацу, сборка и разборка автомата – здесь все, как в армии. В военно-спортивный лагерь приехали мальчишки со всей Иссык-Кульской области. Им предстоит испытать тяготы солдатской жизни. Занимаются с ребятами самые настоящие полковники.

Основная задача программы ВСЛ – это создание благоприятной атмосферы для развития нравственности у детей, формирование мировоззрения, воспитания у детей чувства патриотизма, активной гражданской позиции, привлечения их к участию в познавательных, творческих и спортивных мероприятиях. Главное, прививать подрастающему поколению любовь к Родине, чувство гордости за родной край, желание способствовать его процветанию. Проводить занятия следует с военным уклоном с целью подготовки к службе в армии [17].

Для школьников это шанс проверить себя, научиться контролировать эмоции, обладать силой воли в различных обстоятельствах. Время показало, что военно-патриотическое развитие молодого поколения не утрачивает своей актуальности. Его отсутствие сказывается отрицательно на развитии патриотических и гражданских обязанностей человека, а также на физиологическом формировании подрастающего поколения. В связи с вышеперечисленными

требованиями возникает необходимость исследования, выявления существующих детских лагерей и пансионатов, возможные пути трансформации в военно-патриотические лагеря. Главной задачей станет исследование принципов формирования объектов военно-спортивного назначения нового поколения и разработка новых типов отвечающих современным инновационным технологиям и новым вызовам.

Выводы. Констатируя вышеизложенное, нами выявлено, что самым уязвимым и премоурбидным является подростковый возраст, вследствие чего он таит в себе опасность перенапряжения и срыва адаптации с развитием патологического процесса, что, по-видимому, может быть одной из причин большой ранимости этого периода режима сердца.

Все эти изменения ВНС приводят к срыву компенсаторных возможностей организма и при небольшой дополнительной нагрузке в виде предстоящих трудностей в физическом и психологическом аспекте могут привести к болезненным состояниям у подростков. ВСЛ для подростков и юношей – разновидность молодежных организаций, где главное внимание уделяется развитию школьников в военно-историческом направлении. Важно организовывать походы и экскурсии с целью развития умения ориентирования на территории, обучения навыкам выживания.

Военные лагеря с патриотическим уклоном отлично подходят старшеклассникам, тем, кому уже исполнилось 17 лет. Тут парни и девушки имеют возможность приобретать не только вспомогательные знания и способности, но и поделиться с призванием в будущем. Чаще всего такой род занятий предпочитают дети, которые уже после окончания средней школы рассчитывают попасть в ряды курсантов боевых учреждений.

В заключение следует отметить, что одной из задач предлагаемого исследования является разработка методов коррекции, направленных на стимуляцию ВНС, что решит вопрос улучшения адаптивных процессов и приведет к улучшению состояния здоровья подростков и юношей призывного возраста. Выполняя эту задачу, мы

могли бы решить некоторые проблемы здоровья населения.

Поступила: 27.06.24; рецензирована: 11.07.24;
принята: 15.07.24.

Литература

1. *Ажгихин С.Г.* Детские лагеря: виды и классификация / С.Г. Ажгихин, В.В. Трубова // Электронное периодическое издание «Аллея науки». URL: https://www.alleyscience.ru/domains_data/files/2017november/detskie%20lagerya%20vidy%20i%20klassifikacii.pdf (дата обращения: 18.04.2019).
2. *Ажгихин С.Г.* Структура детских оздоровительных лагерей / С.Г. Ажгихин В.В. Трубова, А.А. Денисенко // Электронное периодическое издание «Аллея науки». URL: https://www.alleyscience.ru/domains_data/files/2017November/struktura%20detskih%20ozdorovitelnyh%20lagerey.pdf (дата обращения: 18.04.2019).
3. *Баранов А.А.* Руководство по амбулаторно-поликлинической педиатрии / А.А. Баранов, Е.И. Алексеева, Е.В. Антонова [и др.]; под ред. А.А. Баранова. 2-е изд. испр. и доп. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2009. 592 с.
4. *Баранов А.А.* Результаты профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних в Российской Федерации / А.А. Баранов, Л.С. Намазова-Баранова, Р.Н. Терлецкая [и др.] // Российский педиатрический журнал. 2016. Т. 19. № 5. С. 287–293.
5. *Бджилинская Т.А.* Роль номофобии в современной психологической науке / Т.А. Бджилинская // *Acmeologica*. Вестник Нижегородской академии МВД России. 2022. № 4 (12). С. 150–154.
6. *Вейн А.М.* Вегетативные расстройства – Клиника. Диагностика. Лечение / А.М. Вейн. М., 2003. 752 с.
7. *Мазниченко Д.В.* Проблема «номофобии» в современном обществе / Д.В. Мазниченко, А.П. Попов, В.А. Брыкина // *Автономия личности*. 2020. № 2.
8. *Lepp A., Barclay J.E., Karpinski A.C.* The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and Satisfaction with Life in college students. *Computers in Human Behavior*, 2014.
9. *Османбекова З.З.* Изменение функционального состояния вегетативной нервной системы у подростков в новых экологических условиях среднегорья / З.З. Османбекова // *Материалы*

- научно-практической конференции КГПУ им. И. Арабаева. ИПК и ПК. Бишкек, 2001. С. 130–133.
10. Османбекова З.З. Неврологические аспекты состояния здоровья подростков и юношей / З.З. Османбекова // Актуальные проблемы специальной психологии и коррекционной педагогики. М.: НОУ ВПО МПСУ, 2013. С. 63–71.
 11. Энциклопедия для родителей / Союз педиатров России, Научный центр здоровья детей, Российская академия педиатрии; под ред. Л.С. Намазовой-Барановой. М.: ПедиатрЪ, 2017. 740 с.
 12. Стратий П.В. История возникновения и проектирования детских лагерей отдыха / П.В. Стратий, Д.А. Глаголева, А.В. Серов // Architecture and Modern Information Technologies. 2019. № 2 (47). С. 122–134. URL: https://marhi.ru/AMIT/2019/2kvart19/PDF/08_stratij.pdf2 (дата обращения: 18.04.2019)
 13. Кураева Е.К. Формирование и развитие военно-спортивных лагерей в России / Е.К. Кураева // Управление развитием территорий. Екатеринбург, 2023. С. 982–985. URL: https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/125568/1/978-5-91256-595-3_232.pdf (дата обращения: 02.04.2024).
 14. Детские летние лагеря на Иссык-Куле – 2024. URL: https://kaktus.media/doc/438243_gid_kaktus_detskie_letnie_lageria_na_issyk_kyle_2023_obnovleno.html (дата обращения: 28.05.2024).
 15. На Иссык-Куле ГПС открыла военно-спортивный лагерь для школьников. URL: https://www.vb.kg/doc/321519_na_issyk_kyle_gps_otkryla_voenno_sportivnyy_lager_dlia_shkolnikov.html (дата обращения: 29.06.2024).
 16. Как в армии: в Кыргызстане открыли военный детский лагерь. URL: <https://mir24.tv/news/13052194/kak-v-armii-v-kyrgyzstane-otkryli-voennyi-detskii-lager> (дата обращения: 01.05.2024).
 17. Кугиклина И. Военный лагерь для подростков. 2018 г. / И. Кугиклина. URL: <https://fb.ru/article/437597/voennyiy-lager-dlya-podrostkov> (дата обращения: 01.05.2024).