

Муниципальное образовательное автономное учреждение дополнительного образования Детско-юношеская спортивная школа с.Возжаевки.

УТВЕРЖДЕНА  
ДИРЕКТОРОМ  
МОАУ ДО ДЮСШ  
с. Возжаевки  
Т.В. Кузнецова  
« 07 » август 2020 г.

ПРОГРАММА  
Спортивной профильной смены  
«В здоровом теле – здоровый дух»

Срок реализации: август 2020 года

Возраст детей – 6-17 лет

Автор составитель: Колобова В.В.

с. Возжаевка.

## Паспорт программы

Наименование программы	Программа спортивной профильной смены «В здоровом теле – здоровый дух»
Основание для разработки программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Федеральный закон от 24.07.98 № 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в РФ";</li> <li>-Закон Российской Федерации от 10.07.92 № 3266-1 "Об образовании";</li> <li>- Федеральный закон от 24.06.99 № 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних";</li> <li>-Программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006-2010 годы»</li> <li>- Приказ Минобразования России от 13.07.01 № 2688 "Об утверждении порядка проведения смен профильных лагерей, лагерей с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха";</li> <li>- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.2599-10 «Гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул»</li> </ul>
Организация–исполнитель программы.	МОАУ ДО ДЮСШ с. Возжаевки спортивная профильная смена.
Срок реализации.	Легкая атлетика (17.08.-27.08.2020;
Количество воспитанников.	20

Цель программы.	Создание благоприятных оздоровительно-образовательных условий, обеспечивающих полноценный отдых детей, их оздоровление и творческое развитие.
Задачи программы.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• создать условия для организованного отдыха детей;</li> <li>• приобщать ребят к творческим видам деятельности, развивать творческое мышление;</li> <li>• формировать культуру поведения;</li> <li>• создавать благоприятные условия для укрепления здоровья детей;</li> <li>• организовать среду, предоставляющую ребенку возможность для самореализации в индивидуальном и личностном потенциале;</li> <li>• формировать у ребят навыки общения и толерантности.</li> </ul>
Ожидаемые результаты реализации программы.	<p>В ходе реализации данной программы ожидается:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• популяризация среди детей и подростков здорового образа жизни, укрепления здоровья.</li> <li>• повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов.</li> <li>• снижение роста правонарушений среди подростков.</li> <li>• максимальное участие обучающихся в культурных и спортивных мероприятиях.</li> <li>• развитие лидерских и организаторских качеств.</li> </ul>

## Пояснительная записка

Летние каникулы составляют значительную часть свободного времени детей. Этот период как нельзя более благоприятен для развития их творческого потенциала, совершенствования личностных возможностей, приобщения к ценностям культуры, вхождения в систему социальных связей, воплощения собственных планов, удовлетворения индивидуальных интересов в личностно значимых сферах деятельности. Спортивная профильная смена – это новый образ жизни детей, новый режим с его особым романтическим стилем и тоном. Это жизнь в новом коллективе, это, наконец, новая природосообразная деятельность.

Программа деятельности спортивной профильной смены ориентирована на создание социально значимой психологической среды, дополняющей и корректирующей семейное воспитание ребенка. Программа универсальна, так как может использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья.

Программа включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, образования, воспитания в профильной смены.

Основная идея программы «В здоровом теле – здоровый дух» - представление возможностей для раскрытия творческих способностей ребенка, создание условий для самореализации потенциала детей и подростков в результате общественно полезной деятельности. Программа ориентирована на работу в разновозрастном детском коллективе и представляет собой одну смену.

Формируя воспитательное пространство профильной смены, в основу организации смены закладывается легенда смены, согласно которой все дети, посещающие лагерь, становятся участниками длительной сюжетно-ролевой игры со своими законами и правилами.

Принципы организации педагогического процесса в рамках программы:

- принцип взаимодействия воспитателей и воспитанников;
- принцип коллективной деятельности;
- принцип самореализации ребенка в условиях детского лагеря;

-принцип самостоятельности.

Цель программы. Создание благоприятных оздоровительно-образовательных условий, обеспечивающих полноценный отдых детей, их оздоровление и творческое развитие.

Задачи программы.

- создать условия для организованного отдыха детей;
- приобщать ребят к творческим видам деятельности, развивать творческое мышление;
- формировать культуру поведения;
- создавать благоприятные условия для укрепления здоровья детей;
- организовать среду, предоставляющую ребенку возможность для самореализации в индивидуальном и личностном потенциале;
- формировать у ребят навыки общения и толерантности.

Сроки реализации программы: лето 2020 года: профильная смена, 10 дней.

Количество детей в смене: 10 человек.

Ожидаемый результат работы лагеря.

Критерии	Результаты	Измерители
Сохранение и укрепление здоровья	Проявлять высокую активность в спортивных	1. Мониторинг количества участников соревнований, их результативность и занимаемые места.
	оздоровительных мероприятиях.	2. Результат на районной спартакиаде, фестивале лагерей.
	Знать основные виды спорта, технику и правила участия в соревнованиях, принципы физической культуры и	1. Отсутствие травм. 2. Отсутствие штрафных баллов в соревнованиях и результативность команд (Экран участия в Олимпиаде).

	занятий спортом, историю олимпийского движения.	
	Знать правила ЗОЖ, закаливания, осмыслить ценность своего здоровья, повысится стремление его сохранить. Повысятся физические параметры (вес, рост).	1. Диагностика индивидуального здоровья (Анкета «Моездоровья») 2. Показания медицинского осмотра в начале и в конце смены.
Профилактика асоциального поведения, ДТТ и несчастных случаев.	Увеличится процент охвата учащихся группы риска организованными формами занятости.	Отсутствие правонарушений, дорожно-транспортного травматизма и других несчастных случаев.

### **Формы и методы работы**

Индивидуальные и коллективные формы работы в профильной смене осуществляются с использованием традиционных методов (беседа, наблюдение, поручение, конкурсы рисунков, плакатов, утренники, праздники, экскурсии);

Метод интерактивного обучения (социально-психологические тренинги, ролевые игры, дискуссии), в которых дети не просто «проходят» что-то, а проживают те или иные конкретные ситуации.

### **Механизмы реализации программы**

Этапы реализации программы:

1. Подготовительный:

- подготовка материально-технической базы;

- подготовка методических материалов.
2. Организационный:
- формирование отрядов;
  - знакомство с режимом работы лагеря и правилами;
  - оформление уголков отрядов.
3. Основной:
- оздоровительная деятельность;
  - культурно-досуговая деятельность;
  - методическая работа.
4. Заключительный:
- закрытие смены;
  - сбор отчетного материала;
  - анализ реализации программы и выработка рекомендаций.

### **Работа профильной смены строится по направлениям.**

Грамотно организованный отдых - это хорошее настроение, здоровье, новые друзья. Это раскрытие своего творческого потенциала и заряд бодрости на длительное время. Очень важной стороной отдыха является познавательная сторона. Ведь ничто не остаётся в нашей памяти так надолго, как самые яркие и увлекательные моменты из отдыха.

Центром воспитательной работы лагеря является ребенок и его стремление к самореализации. Продуманная организованная система планирования лагерной смены позволяет каждому ребенку получить новые знания, приобрести различные умения и навыки, повысить общую и специальную физическую подготовку. С помощью спорта и физкультуры решаются задачи физического воспитания детей.

Воспитательная работа в МОАУ ДО ДЮСШ с. Возжаевки проводится в процессе тренировочных занятий, соревнований, в свободное время и формирует у юных спортсменов потребность к занятиям спортом, постоянному пополнению своих знаний, умений, навыков и творческому применению их в практической деятельности.

Тренировочные занятия способствуют улучшению состояния здоровья

занимающихся, повышают уровень физической подготовленности и спортивных результатов, являются профилактикой вредных привычек и правонарушений, способствуют выбору будущей профессии.

Программа «В здоровом теле – здоровый дух» является продолжением тренировочного процесса в условиях спортивной профильной смены.

### **Кадровое обеспечение**

1. Руководитель лагеря
2. 1 воспитателей.
3. Обслуживающий персонал.

### **Содержание программы**

Программа лагеря рассчитана на 10 день по спортивному направлению: легкая атлетика. Задача ежедневного планирования работы лагеря – в сочетании для детей напряженной учебно-познавательной деятельности с яркими впечатлениями от досугово-развивающих мероприятий в смене форм и содержания работы, включающий в себя три основных раздела:

#### **1. «Школу юного судьи по спорту»**

Включает в себя проведение лекций по подготовке юных судей (легкой атлетики).

Примерная тематика лекций по подготовке юных судей:

- Развитие физической культуры и спорта в России
- Развитие данного вида спорта в России и за рубежом
- Подготовка к соревнованиям, их организация, проведение
- Правила соревнований
- Практика

#### **2. Спортивная подготовка**

Включает в себя ежедневные тренировки. Основные направления спортивной подготовки: легкая атлетика.

#### **3. Культурно-досуговые мероприятия**

Проведение досугово-развивающей работы.



## Легенда смены

По условиям сюжетно-ролевой игры, предусмотренной содержанием смены, каждый отряд будет являться отдельной областью. Отряды выбирают себе название, девиз, эмблему, выбирают капитана, оформляют отрядный уголок.

У каждого отряда будет свой отрядный уголок (небольшие стенды), где будет отражена жизнь в лагере.

Состав отряда постоянный, в каждом отряде по 5 человек.

Прием обучающихся в лагерь будет осуществляться на основании заявления родителей (законных представителей).

Имеется **Девиз:** «Мы хотим всем рекордам наши звонкие дать имена».

**Песня:** слова: М. Минков, музыка: Т. Рузавина, С. Таюшев.

### «Дорогою добра»

1. Спроси у жизни строгой,  
Какой идти дорогой?  
Куда по свету белому отправиться с утра?  
Иди за солнцем следом,  
Хоть этот путь неведом,  
Иди мой друг,  
всегда иди, дорогою добра!
2. Забудь свои заботы,  
Падения и взлёты,  
Не хнычь, когда судьба себя ведёт не как сестра,  
Но если с другом худо,  
Не уповай на чудо,  
Спеши к нему,  
Всегда иди, дорогою добра!

### **Атрибутика лагеря:**

- футболки;

- галстуки;
- эмблемы;

Согласно плану работы лагеря, каждый отряд готовится к спортивным состязаниям, конкурсам, викторинам. Капитан назначает ответственных за проведение этих мероприятий.

За участие в общих мероприятиях отрядам присуждаются баллы, победитель предыдущего дня получает право начать очередное соревнование или конкурс первым.

В спортивных индивидуальных соревнованиях разыгрывается личное первенство лагеря. Ежедневно на линейке доводятся результаты дня и планируемые мероприятия на следующий день. По окончании линейки капитаны распределяют обязанности и формируют команды.

В конце смены подводятся итоги работы лагеря. Определяются знатоки судейства, эрудиты отрядов.

В процессе проведения сюжетно-ролевой игры дети учатся работать в команде, находить компромиссы, выходить из трудных ситуаций, а также получают дополнительные знания по виду спорта, судейству.

### **Законы лагеря:**

**Закон территории.** Самостоятельно, самовольно покинуть территорию лагеря, отряда-значит вызвать волнение у взрослых, которые несут за тебя ответственность, вероятность попасть в опасную или неприятную ситуацию.

**Закон точного времени (пунктуальности).** Старайся всегда и везде быть во время, без опозданий. Цени свое и чужое время.

**Закон вежливого поведения.** Ничто не стоит так дешево и не ценится так дорого как вежливость.

**Закон улыбки.** Будь доброжелателен ко всем, чаще улыбайся. Хорошее настроение залог здоровья и успеха.

**Закон равенства.** В лагере все равны и имеют равные права и

обязанности.нет плохих, добрых. злых людей. Каждый человек имеет свой набор разнообразных индивидуальных качеств личности, он такой, какой есть и имеет право на уважение также как и ты.

**Закон вредных привычек.** Детство и оздоровление не совместимо с вредными привычками.

**Закон информации.** Вожатый всегда должен быть информирован о месте нахождения и занятиях, вверенных ему детей.

**Закон свободы.**ребенок свободен в лагере принимать активное участие в его деятельности, органах детского самоуправления, выборе занятий, круга общения во всем, что не противоречит Законам и правилам внутреннего распорядка.

**Закон взаимности.** Относись к другим так, как ты хотел бы, чтобы относились к тебе.

**Закон сеяния и жатвы.** Что "сеет" человек, то и "жать" будет, только многократно больше.

**Закон любви и добра.** Каждое живое существо, особенно человек, нуждается в любви и хорошем отношении,

**Закон Ответственности.** Ты всегда в ответе за свои поступки, поэтому поступай так, чтобы не стыдиться. Помни, что взрослые тоже несут ответственность за твою жизнь, здоровье, поступки.

### **Режим работы лагеря**

Лагерь работает с 9.00 до 12.00

Смена длится 10 день.

### **Распорядок работы лагеря**

9.00 – 9.30	Сбор детей, утренняя зарядка.
9.30 – 9.40	Общая линейка, подъем Государственного флага РФ.
9.40 – 10.40	Культурно-массовые, спортивные мероприятия, обще лагерные мероприятия.
10.40 – 11.55	Тренировка.

11.55 – 12.00	Спуск Государственного флага РФ. Уход домой.
---------------	--

### План мероприятий

Дата, тематика дня	Наименование мероприятия
<b>1 день</b> <b>«Здравствуй, лагерь!»</b>	1. Организационные мероприятия. 2. Подготовка визиток отрядов. 3. Акция «Безопасное лето» (инструктаж по ТБ). 4. Огонёк знакомства «Расскажи мне себе».
<b>2 день</b> <b>«День открытия Олимпийских игр»</b>	1. Открытие лагеря «В здоровом теле – здоровый дух» и летних Олимпийских игр школьников. 2. Спортивные состязания «Быстрее! Выше! Сильнее!». 3. Акция «Будь здоров!»
<b>3 день</b> день лидера <b>«День баскетбола»</b>	1. Игра «Угадай мелодию». 2. «Школалидера». 3. Спортивные соревнования по баскетболу.
<b>4 день</b> Пушкинский день <b>«День прыгуна»</b>	1. Викторина по произведениям Пушкина. 2. Соревнования по легкой атлетике – прыжки.
<b>5 день</b> Звездный день <b>«День пионербола»</b>	1. Видеосалон. Просмотр фильма «Легенда №17». 2. Соревнование по пионерболу. 3. Интеллектуальная игра «Рекорды животного мира».
<b>6 день</b> день рекорсменов <b>«День метателя»</b>	1. Книга рекордов Гиннеса лагеря. 2. Творческая презентация «Минута славы» (презентация рекордов). 3. Соревнования по легкой атлетике – метание копья, ядра, гранаты, дротиков

	идр.
<b>7 день</b> добрых дел «День многоборца»	1. КТД «День добрых дел» 2. Соревнования по многоборью (стрельба, гимнастика, перетягивание каната, подтягивание на перекладине, отжимание и др.). 3. Занятия секций.
<b>8 день</b> День России «День русской лапты»	1. Викторина «По страницам истории государства Российского». 2. КТД «Моя Россия – моя страна». 3. Соревнование по Русской лапте.
<b>9 день</b> Звездный день «День пионербола»	4. Видеосалон. Просмотр фильма «Легенда №17». 5. Соревнование по пионерболу. 6. Интеллектуальная игра «Рекорды животного мира».
<b>10 день</b> день ПДД «День настольного тенниса»	1. Игровой практикум «Правила движения достойны уважения!». Встреча с инспектором ГИБДД. 2. Велопробег «Безопасное колесо». 3. Турнир по настольному теннису.

### **Принципы программы**

Программа спортивно-оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей опирается на следующие принципы:

#### **1. Принцип гуманности**

Построение всех отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху. Через идею гуманного подхода к ребёнку, родителям, сотрудникам лагеря необходимо психологическое переосмысление всех основных компонентов педагогического процесса.

## **2. Принцип индивидуализации**

Учёт индивидуальных особенностей каждого ребёнка при включении его в различные виды деятельности, раскрытие потенциалов личности, предоставление возможностей каждому для самореализации, самораскрытия.

## **3. Принцип сотрудничества**

Определение общих целей педагогов и детей, организацию их совместной деятельности на основе взаимопонимания и взаимопомощи.

## **4. Принцип мотивации деятельности**

Добровольное включение ребят в ту или иную деятельность, наличие цели – доступной, понятной, осознанной; доверие ребёнка в выборе средств и способов достижения поставленной цели.

## **5. Принцип комплексности оздоровления и воспитания ребёнка**

Необходимо четкое распределения времени на организацию оздоровительной и воспитательной работы; оценка эффективности пребывания детей на площадке должна быть комплексной, учитывающей все группы поставленных задач.

### **Факторы риска и меры их профилактики**

Возможные факторы риска	Меры профилактики
Неблагоприятные природно-климатические условия.	Разработка дополнительных, «запасных» вариантов мероприятий, проводимых в помещении.
Клещевая опасность.	Планирование работы с посещением территории, обработанную от клещей.
Нежелание детей участвовать в мероприятиях.	У воспитанников всегда должен быть выбор для проведения досуга.

Травматизм.	Инструктаж по технике безопасности. Исключение травмоопасных ситуаций, бдительность и ответственность за здоровье и жизнь детей.
-------------	--