**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА «ТЕМП»**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ

СШОР «ТЕМП»

\_\_\_\_\_\_\_\_Г.В.Камбулов

**Программа спортивно – оздоровительной направленности**

**для лагеря с дневным пребыванием детей.**

**г. Рыбинск**

**2020г.**

***Где нет простора для проявления способностей,***

***там нет способностей.***

**Л. Фейербах**

***Игры детей - вовсе не игры, и правильнее смотреть на них***

***как на самое значительное и глубокомысленное***

***занятие этого возраста.***

**М. Монтень**

**Введение**

Лагерь – это сфера активного отдыха, разнообразная, общественно значимая спортивно-оздоровительная и досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической, словесной школьной деятельности. Лагерь дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высоким уровням самоуважения и самореабилитации. Лагерь с дневным пребыванием учащихся призван создать оптимальные условия для полноценного отдыха детей. Детские оздоровительные лагеря являются частью социальной среды, в которой дети реализуют свои возможности, потребности в индивидуальной, физической и социальной компенсации в свободное время. Летний лагерь является, с одной стороны, формой организации свободного времени детей разного возраста, пола и уровня развития, с другой – пространством для оздоровления, спортивного развития, художественного, технического, социального творчества.

Ежегодно для учащихся проводится спортивно-оздоровительная смена в лагере дневного пребывания на базе МАУ СШОР «ТЕМП» В нем отдыхают занимающиеся в спортивной школы в возрасте 9-17 лет.

Обязательным является вовлечение в лагерь ребят из многодетных и малообеспеченных семей.

Физическая культура и спорт играют огромную роль в жизни современного общества. Они не только укрепляют здоровье нации, но и воспитывают мужество, волю, упорство в достижении цели, умение не пасовать перед трудностями и честью выходить из непростых ситуаций.   Спорту, как и настоящей полнокровной жизни, чужды пассивность, безволие, успокоенность. Каждодневное напряжение, преодоление всех объективных и субъективных трудностей - вот обязательные условия достижения жизненных целей. Этому учат постоянные тренировки.  
Жизнь и практика показывают, что тот, кто прошел хорошую школу физического воспитания, более приспособлен к высокому производительному физическому и умственному труду, способен более легко находить правильные и нужные решения в трудных ситуациях. Это ярко доказала военная служба, космонавтика, различные трудные этапы жизни человека.   Физкультура и спорт помогли тысячам граждан воспитать в себе силу воли, целеустремленность, выдержку, самодисциплину, коллективизм, товарищество, дружбу, взаимовыручку и другие качества

Таким образом, сама жизнь подтверждает необходимость и актуальность представляемой программы.

Народная мудрость гласит: «Здоровье - всему голова». Здоровье - бесценный дар природы, источник счастья.

**Информационная карта программы**

1. Полное название программы:

Программа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей спортивного профиля.

2. Составитель программы:

Советова Л.А., инструктор-методист МАУ СШОР «ТЕМП».

3. Учреждение - организатор лагеря (смены):

Муниципальное автономное учреждение спортивная школа олимпийского резерва «ТЕМП».

4. Адрес организации, телефон:

152912 г. Рыбинск, пр. Ленина, д.150.

тел. 22-35-08.

5. Ф.И.О. ответственного за проведение лагеря (смены), должность, телефон:

Советова Любовь Александровна, инструктор-методист

тел. 22-35-08.

6. Место проведения:

МАУ спортивна школа олимпийского резерва «ТЕМП»

7. Сроки проведения

01-22 июня 2020 г.

8. Количество смен:

1

9. Профиль лагеря (смены) :

Спортивно-оздоровительный.

10. Цель программы:

укрепление здоровья, реализация двигательного и творческого потенциала участников смены.

11. Общее количество детей-участников

132 человек.

13. Участники программы:

учащиеся 9-17 лет.

14. Краткое содержание программы:

Сохранение и укрепление здоровья детей путем реализации программ по видам спорта, приобщение детей к здоровому образу жизни, организация содержательного досуга детей и подростков.

Отличительными чертами данной программы являются:   
- новый стиль построения отношений между детьми разных тренировочных групп и групп начальной подготовки,

взаимоотношения и сотрудничества между детьми разного возраста;  
- обмен знаниями между участниками, расширение возможности общения, источников и способов получения информации.

В программе предусмотрено также время и возможности для *проведения познавательно-развивающих игр профильной тематики*.

15. Направления:

- тренировочная работа по видам спорта;   
- досуговая деятельность;   
- спортивно-оздоровительные мероприятия:

**Пояснительная записка.**

Программа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей спортивного профиля составлена в соответствии с законом Федеральным законом «О физической культуре и спорте».

Целесообразность разработки программы заключается в том, что она предусматривает сочетание тренировочных занятий (под руководством квалифицированных тренеров-преподавателей) и различных игровых, развлекательных и познавательных программ, в содержание которых включаются упражнения из профилирующих и других видов спорта, знания из различных областей науки.

Тренировочные занятия проводятся один раз в день в соответствии с планом работы тренеров. Особое место отведено циклу мероприятий, посвященных формированию у воспитанников негативного отношения к вредным привычкам.

Программа рассчитана на детей от 9 до 15 лет. Отряды формируются разновозрастные по видам спорта - 5 отрядов отделения плавание, 6 отрядов отделения полиатлона. Спортивная работа в лагере является продолжением круглогодичного тренировочного процесса, проводимого в спортивной школе, и осуществляется тренерским составом на основе программ по указанным видам спорта.

Планы занятий и расписаний каждого отряда утверждаются начальником лагеря.

Массовая физкультурно-оздоровительная работа в лагере включает следующие организационные формы:

* весёлые старты;
* товарищеские встречи по футболу, легкоатлетические соревнования;
* походы;
* беседы, экскурсии, диспуты, конкурсы и т.п.

**Цель программы:**

Укрепление здоровья детей и их спортивное совершенствование, реализация двигательного и творческого потенциала участников смены.

**Задачи программы:**

***Обучающие:***

1. Повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;
2. Овладение основами техники в избранном виде спорта;
3. Реализация социального заказа общества, потребностей семьи, интересов и потребностей ребенка в сфере свободного времени через аспект физической культуры и спорта.

***Развивающие:***

1. Изучение и учет познавательных, личных интересов, склонностей, способностей детей для осуществления личностно-ориентированного и развивающего обучения.
2. Создание условий для самоопределения, самореализации и развития ребенка через включение в разнообразие деятельности интеллектуального, творческого, спортивного характера, помощь в развитии индивидуальных способностей детей.
3. Организация содержательного досуга детей и подростков.

***Воспитательные:***

1. Приобщение детей к здоровому образу жизни. Создание системы физического оздоровления детей в условиях временного коллектива.
2. Вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере.
3. Формирование у детей и подростков навыков общения и толерантности.

**Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены:**

1. Безусловная безопасность всех мероприятий

2. Учет особенностей каждой личности

3. Возможность проявления способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми участниками лагеря

4. Достаточное количество оборудования и материалов для организации всей деятельности лагеря

5. Распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение каждого дня.

6. Четкое распределение обязанностей и времени между всеми участниками лагеря

7. Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий детей и взрослых

8. Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.