

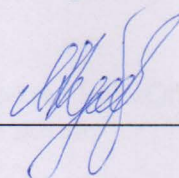
**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
спортивная школа олимпийского резерва «ТЕМП»**

152912, г.Рыбинск, Ярославская область, проспект Ленина, 150 тел./факс. 21-18-88

ИНН/КПП 7610028232/761001001 rybinskbassein@yandex.ru

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАУ ДО СШОР «ТЕМП»



**Программа профильного спортивно-
оздоровительного лагеря
с дневной формой пребывания детей в летние
каникулы
«Спортивная планета»**

Возраст детей: 7-17 лет

Срок реализации: 18 рабочих дней

Авторы программы:

Игнатьева О.Г. – тренер -преподаватель

Усачева С.О. –старший тренер -преподаватель

г. Рыбинск
2024 г.

Полное название программы	Программа профильного спортивно-оздоровительного лагеря с дневной формой пребывания детей в летние каникулы «Спортивная планета»
Основания для разработки программы	<ul style="list-style-type: none"> • Закон РФ «Об образовании» • Конвенция ООН о правах ребенка • Конституция РФ • Постановление Правительства РФ «Об обеспечении отдыха, оздоровления и занятости детей» • Постановление Правительства Ярославского края об отдыхе и оздоровлении детей • Приказ Управления образования об организации отдыха и оздоровления детей • Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.1251-03 "Детские внешкольные учреждения (учреждения дополнительного образования) Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения)" • Приказ МАУ ДО СШОР «ТЕМП» об организации профильного спортивно – оздоровительного лагеря...
Образовательное учреждение, представившее программу	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования спортивная школа олимпийского резерва «ТЕМП»
Адрес организации	152912, Ярославская область, г.Рыбинск, пр. Ленина, д.150
Телефон	22-35-08
Срок реализации программы	1 лагерная смена (18 рабочих дней)
Место реализации лагеря	Профильного спортивно-оздоровительный лагерь с дневной формой пребывания детей: Бассейн МАУ ДО СШОР»ТЕМП», стадион МАУ ДО СШ «Метеор», столовая СОШ №28
Количество, возраст учащихся	60 человек 7-17 лет
Продолжительность программы	Краткосрочная
Цель программы	Развитие личности ребенка через реализацию его физической, творческой и социальной активности в условиях профильного

	<p style="text-align: center;">спортивно-оздоровительного лагеря с дневной формой пребывания детей в летние каникулы «Спортивная планета».</p>
Направление деятельности	<ol style="list-style-type: none"> 1. Специальная тренировочная работа по видам спорта 2. Совместная досуговая деятельность.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. 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 школьников навыков общения и толерантности. 4. Способствовать формированию у детей патриотических ценностей, гражданской ответственности, социальной активности. 5. Привитие навыков здорового образа жизни, укрепление здоровья. 6. Приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления.
Ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> • Общее оздоровление детей и подростков, приобретение ими положительных эмоций; • Развитый интерес к занятиям физкультурой и спортом; • Повышение уровня технической подготовки по избранному виду спорта. • Умение строить конструктивное общение друг с другом в разновозрастной группе, используя коммуникативные умения, основы правильного поведения, культуры, досуга; • Расширение кругозора детей и социального опыта через общественно-значимую деятельность; • Сформированное осознанное отношение к себе

Пояснительная записка.

Летние каникулы - самая лучшая и незабываемая пора для развития творческих способностей и совершенствования возможностей ребенка, вовлечения детей в новые социальные связи, во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции выполняет летний лагерь с дневным пребыванием детей.

Ежегодно муниципальное автономное учреждение дополнительного образования спортивная школа олимпийского резерва «ТЕМП» открывает профильный спортивно-оздоровительный лагерь с дневной формой пребывания детей.

Лагерь с для юного спортсмена – это сфера активного отдыха, разнообразия, общественно-значимая спортивно-оздоровительная и досуговая деятельность, которая даёт возможность, оздоравливая организм юных спортсменов, не прерывать учебно-

тренировочный процесс. Поэтому особое внимание в лагере будет уделяться физкультуре и спорт.

Учебно-спортивная работа в лагере является продолжением круглогодичного учебно-тренировочного процесса, проводимого в спортивной школе, и осуществляется тренерско-преподавательским составом на основе программ для спортивной школы 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 баскетболу, волейболу, футболу, настольному теннису, легкоатлетические соревнования;
- походы за пределы лагеря;
- товарищеские встречи тренеров и обучающихся по баскетболу, футболу;
- беседы, экскурсии, конкурсы и т.п

Содержание программы

Программа реализуется по средствам проведения летней спортивно-оздоровительной смены с дневным режимом пребывания детей. Содержание программы использование разнообразных форм деятельности.

Смена летнего спортивно-оздоровительного лагеря называется – «Спортивная планета». Программа с дневным пребыванием «Спортивная планета» является краткосрочной, т. е. реализуется в течение 2 лагерных смен продолжительностью 20 рабочих дней (с 29 мая по 09 июня и с 13 июня по 26 июня 2023 года). Общее количество детей, участвующих в реализации программы – 115 человек, в возрасте от 7 до 17 лет.

Участниками смены являются обучающиеся спортивного отделения полиатлона МАУ ДО СШОР «ТЕМП». Дети объединяются в отряды, которыми руководят тренеры. В лагере ребята будут соревноваться в различных видах спорта как в личном, так и в командном зачете.

Мероприятия в летнем спортивном лагере организуются в соответствии с погодными условиями, с возрастом детей, состоянием их здоровья, уровнем физического развития и физической подготовленности.

Мероприятия проводятся на спортивных базах: бассейне и тире МАУ ДО СШОР «ТЕМП» и стадионе МАУ ДО СШ «Метеор».

При подготовке мест соревнований и мероприятий соблюдаются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

Программа дня включает различные направления деятельности:

- спортивное (соревнования);
- интеллектуальное (викторины, конкурсные программы);
- творческое (конкурсы, концерты, час творчества по теме дня).

Все мероприятия соответствуют возрасту, полу, потребности ребят. Также в лагере ежедневно: зарядка на свежем воздухе, общая линейка-построение, подведение итогов за прошедший день, награждение, ознакомление с планом работы на день.

Цели программы:

- организация отдыха и оздоровления обучающихся спортивной школы в летний период;

- создание оптимальных условий для укрепления здоровья детей и их спортивного совершенствования;
- реализация двигательного и творческого потенциала участников смены;
- поддержание непрерывного тренировочного процесса;
- планирование досуга с целью создания условий для разностороннего развития личности воспитанников и раскрытия творческого потенциала ребёнка.

Задачи программы:

- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- овладение основами техники в избранном виде спорта;
- реализация социального заказа общества, потребностей семьи, интересов и потребностей ребенка в сфере свободного времени через аспект физической культуры и спорта;
- поддержание непрерывного тренировочного процесса;
- повышение спортивного мастерства;
- создание условий для самоопределения, самореализации и развития ребенка через включение в разнообразие деятельности интеллектуального, творческого, спортивного характера, помощь в развитии индивидуальных способностей детей;
- организация содержательного досуга детей и подростков;
- приобщение детей к здоровому образу жизни;
- создание системы физического оздоровления детей в условиях временного коллектива;
- вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере;
- формирование у детей и подростков навыков общения и толерантности;
- воспитание дисциплинированности, силы воли, трудолюбия и сплоченности в коллективе;
- обеспечение занятости и охраны здоровья детей, привитие навыков здорового образа жизни, укрепление здоровья;
- оказание социальной поддержки детям из малообеспеченных семей;
- создание условий для самореализации и самовыражения;
- выявление одаренных и талантливых детей, привлечение их к участию в различных мероприятиях.

Принцип формирования отрядов – по видам спорта, что является оптимальным для реализации задач данной программы.

Учебно-спортивная работа в лагере является продолжением круглогодичного учебно-тренировочного процесса, проводимого в спортивной школе, и осуществляется тренерско-преподавательским составом на основе программ для МАУ ДО СШОР «ТЕМП» по указанным видам спорта. Планы занятий и расписаний утверждаются начальником лагеря.

Массовая физкультурно-оздоровительная работа в лагере проводится по единому плану и включает следующие **организационные формы:**

- ✓ массовые лично-командные соревнования;
- ✓ общелагерная спартакиада;
- ✓ весёлые старты;
- ✓ товарищеские встречи по волейболу, соревнования по ОФП;
- ✓ беседы, экскурсии, конкурсы и т.п.

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;

Основные блоки программы.

1 блок — оздоровительные и профилактические мероприятия, приобщение к здоровому образу жизни.

Проведение общеоздоровительных мероприятий.

Утренняя гимнастика проводится ежедневно в течение 10-15 минут: в хорошую погоду — на открытом воздухе, в непогоду — в проветриваемых помещениях.

Основная задача этого режимного момента, помимо физического развития и закаливания, создание положительного эмоционального заряда и хорошего физического тонуса на весь день.

2 блок — развлекательно-познавательный.

Заочные путешествия, викторины, подвижные игры, конкурсы на спортивную тематику.

Подвижные игры включают все основные физкультурные элементы: ходьбу, бег, прыжки. Они способствуют созданию хорошего, эмоционально окрашенного настроения у детей, развитию у них таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, а коллективные игры — еще и воспитанию дружбы.

3 блок - спортивный.

Спортивно-физкультурные мероприятия; работа спортивных секций по видам спорта; участие в общелагерных соревнованиях.

Основные этапы реализации программы.

Подготовительный этап.

Этот этап характеризуется тем, что за 2 месяца до открытия летнего спортивного лагеря начинается подготовка к летнему сезону.

Деятельностью этого этапа является:

- проведение совещаний при директоре и заместителе директора по учебно-воспитательной работе по подготовке МАУ ДО СШОР «ТЕМП» к летнему сезону;
- издание приказа по МАУ ДО СШОР «ТЕМП» о проведении летней кампании;
- разработка программы деятельности летнего лагеря с дневным пребыванием детей при МАУ ДО СШОР «ТЕМП»;
- подготовка методического материала для работников лагеря;
- отбор кадров для работы в летнем лагере;
- составление необходимой документации для деятельности лагеря (план
- сетка, положение, должностные обязанности, инструкции и т.д.).

Организационный этап.

Этот период короткий по количеству дней, всего лишь 2-3 дня.

Основной деятельностью этого этапа является:

- запуск программы;
- формирование органов самоуправления,
- знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря.

Основной этап смены.

Основной деятельностью этого этапа является:

- реализация основной идеи смены - специальные тренировки по видам спорта;
- вовлечение детей и подростков в различные виды коллективно- творческих дел; спортивные соревнования.

Заключительный этап смены.

Основной идеей этого этапа является:

- подведение итогов смены;
- составление отчета о проведении лагеря;
- выработка перспектив деятельности организации;
- анализ предложений детьми, родителями, педагогами, внесенными по деятельности летнего оздоровительного лагеря в будущем.
- сдача документации.

Механизм реализации программы.

Начальник лагеря вместе с заместителем директора МАУ ДО СШОР «ТЕМП» по УВР определяют порядок работы тренеров-преподавателей в лагере, утверждает план работы лагеря.

Этапы реализации программы:

1. Подготовительный:

- подбор кадров;
- подготовка методических материалов;
- подготовка материально-технической базы.

2. Организационный:

- формирование отрядов;
- знакомство с режимом работы лагеря и правилами.

3. Основной:

- оздоровительная деятельность;
- культурно-досуговая деятельность;
- методическая работа с тренерами-преподавателями.

4. Заключительный:

- закрытие смены (последний день смены);
- сбор отчетного материала;
- анализ реализации программы и выработка рекомендаций.

Ожидаемые результаты.

- Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья;
- Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности;
- Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной, творческой и трудовой деятельности, социальной активности;
- Развитие коммуникативных способностей и толерантности;
- Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность;
- Приобретение новых знаний и умений (разучивание новых технических и тактических приёмов игры в волейбол, баскетбол);
- Расширение кругозора детей;
- Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм;
- Личностный и спортивный рост участников смены.

В конце работы лагеря ожидаются итоговые результаты:

- развитие у детей интереса к спортивному воспитанию;
- продолжение работы в данном направлении.

РЕЖИМ ДНЯ

летнего спортивно-оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей при МАУ ДО СШОР «ТЕМП» (29.05-26.06.2023г.)

№ п/п	Мероприятия	Время
1	Сбор детей, зарядка	08:30 – 09:00
2	Завтрак	09:00 – 10:00
3	Линейка	10:00 – 10:15
4	Спортивные и образовательные занятия, прогулки и т.д.	10:15 – 12:30
5	Мероприятия	12:30 – 13:30
6	Обед	13:30 – 14:00
7	Итоги дня, уход домой	14:00 – 14:30

Кадровое обеспечение

Оздоровление и развитие детей в значительной степени зависит от знаний, умений и подготовленности к работе тех взрослых, которые организуют жизнедеятельность лагеря. Педагогический коллектив состоит из тренеров МАУ ДО СШОР «ТЕМП» города Рыбинска.

Штат летнего оздоровительного лагеря «Спортивная планета»:

- начальник лагеря;
- тренеры – 4 чел.

Ожидаемые результаты

Главным результатом деятельности летнего спортивно-оздоровительного лагеря является гармоничное физическое и духовно-нравственное развитие ребенка.

Список литературы

1. Голев, А. Г. Методика организации летнего отдыха детей и подростков: учеб.-метод. пособие / А. Г. Голев, Е. В. Давыдова. — Пятигорск: ПГЛУ, 2011. — 217 с.
2. Кругликова, Г. Г. Теория и методика организации летнего отдыха детей и подростков: учеб, пособие / Г. Г. Кругликова, Г. Р. Линкер. — Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гуманит. ун-та, 2011. — 236 с.
3. Кувватов, С.А. Активный отдых детей на свежем воздухе / С.А. Кувватов. - Ростов н/Д: Феникс, 2005. - 311с.
4. Лобачёва, С.И. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере 1 – 11 классы / С.И. Лобачева. – Москва: ВАКО, 2007. – 208с.
5. Макеева, В. С. Теория и методика физической рекреации. Физическая культура, спорт и туризм в детском оздоровительном лагере: учеб, пособие для вузов / В. С. Макеева, М. А. Соломченко. — Орел: ОрелГТУ, 2009. — 244 с.
6. Отдых и оздоровление детей и подростков: Сб. нормативных документов /

Сост. С. В. Барканов [и др.]. — М., 2002. — 216 с.

7. Педагогика детского оздоровительного лагеря: учебник / Н. Н. Илюшина, Н. П. Павлова, Т. Н. Щербакова [и др.]; под ред. М. М. Борисовой. — М.: ИНФРА-М, 2018. — 216 с.

8. Формы и методы организации досуга и оздоровления детей в условиях летнего лагеря // Воспитание школьников. — 2002. — № 5. — С. 45—53.

9. Шаульская, Н.А. Летний лагерь: день за днём. День приятных сюрпризов / Н.А. Шаульская. — Ярославль: Академия развития; Владимир: ВКТ, 2008.