

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2
Г. КОНДОПОГИ РЕСПУБЛИКИ КАРЕЛИЯ

ПРИНЯТО
на заседании
тренерского совета МОУ ДО ДЮСШ № 2
от 07.06.2022

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОУ ДО ДЮСШ №2



Т.А. Попова

ПРОГРАММА
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО (ПРОФИЛЬНОГО) ЛАГЕРЯ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
(г. Кондопога)

г. Кондопога
2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

В настоящее время общество осознало необходимость осуществления культурных целей образования, ориентированных на личность и ее саморазвитие в конкретных педагогических системах, в том числе в летних лагерях. Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребенку полноценный, правильно организованный отдых.

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.

Данная программа **по своей направленности** является **профильной физкультурно-спортивной**, т.е. включает в себя спортивную деятельность, направленную на оздоровление, отдых, воспитание и спортивную подготовку детей в условиях профильного лагеря.

По **продолжительности** программа является краткосрочной, т.е. реализуется в течение лагерной смены – от 5 до 14 дней. Программа реализуется в период каникул в июне, июле, августе, октябре-ноябре.

Общее число участников за смену – от 25 до 310 человек.

Основной состав лагеря – это спортсмены МОУ ДО ДЮСШ № 2 в возрасте 7–17 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Деятельность воспитанников во время лагерной смены осуществляется в группах. Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- Конвенцией ООН о правах ребенка;
- Конституцией РФ;
- Законом РФ «Об образовании»;
- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.98 г. № 124-ФЗ;
- Трудовым кодексом Российской Федерации от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ;
- Федеральным законом «О внесении изменений и дополнений в закон РФ «О защите прав потребителей и кодекс РСФСР «Об административных нарушениях» от 09.01.96 г. № 2-ФЗ;
- Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, с дневным пребыванием, лагерей труда и отдыха. Приказ Минобразования РФ от 13.07.2001 г. № 2688.
- Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки. Приказ Минспорта России от 14.03.2013г. №111.

КОНЦЕПЦИЯ ПРОГРАММЫ.

Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т.к. она является неотъемлемой частью общей культуры. Даже великие философы – Сократ, Платон, Аристотель и другие в своих трудах отмечали уникальные возможности спортивных занятий в воспитании всесторонне развитой личности.

Основная деятельность лагеря дневного пребывания направлена на развитие личности ребенка и включение его в разнообразие человеческих отношений и межличностное общение со сверстниками. Детский лагерь, учитывая его специфическую деятельность, может дать детям определенную целостную систему нравственных ценностей и культурных традиций через погружение ребенка в атмосферу игры и познавательной деятельности дружеского микросоциума. Погружая ребенка в атмосферу лагеря, мы даем ему возможность открыть в

себе положительные качества личности, ощутить значимость собственного «я»; осознать себя личностью, вызывающей положительную оценку в глазах других людей; повысить самооценку; выйти на новый уровень общения, где нет места агрессии и грубости.

Физическое воспитание тесно связано с нравственным, трудовым, умственным, эстетическим воспитанием, учит дисциплинировать себя, вырабатывает твердый характер, учит четко выполнять нормы и правила спортивной этики, уважать соперника, судей, развивает умение бороться до победы, не проявлять зависти к победителям, не теряться при поражениях, искренне радоваться победам товарищей по борьбе. Спортивные занятия различного вида помогают закалять волю, учат добиваться успехов, совершенствовать свои умения и навыки в отдельных видах спорта.

Понятие «здоровый образ жизни» необходимо закладывать еще в детстве. Родители многих детей ищут спасение в медикаментах, недооценивая силу воздействия на организм и эффективность таких факторов, как двигательная активность, закаливание, основы массажа и др. Находясь в лагере дневного пребывания, дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Результатом осуществления оздоровительного направления является формирование потребности в здоровом образе жизни. Досуговая деятельность направлена на вовлечение детей в мероприятия с последующим выявлением их склонностей и способностей.

Быть здоровым выгодно биологически, т. к. организм более эффективно и долговременно сохраняет свою природу. Также здоровье выгодно экономически – здоровые люди дольше сохраняют трудоспособность, они определяют экономическое развитие страны, ее обороноспособность, а также здоровье нации в целом. Здоровье выгодно эстетически – здоровый ребенок, подросток, да и взрослый человек отличается своей привлекательностью, заряжая окружающих своей положительной энергией.

Задача педагогического коллектива школы в воспитательном плане состоит в том, чтобы поднять значение здорового образа жизни, организовать свободное время во время летних каникул, поддержать малообеспеченные семьи.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО (ПРОФИЛЬНОГО) ЛАГЕРЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СОРЕДОВАТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ.

Цель: Воспитание сознательного отношения воспитанника к укреплению своего здоровья, к личному уровню физической подготовки и максимальному раскрытию своих способностей в период летней подготовки к соревновательному циклу (сезону).

Задачи:

1. Укрепление здоровья детей и формирование навыков здорового образа жизни, улучшения самочувствия и настроения.
2. Воспитание дисциплинированности, силы воли, трудолюбия и сплоченности в коллективе.
3. Повышение спортивного мастерства.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО (ПРОФИЛЬНОГО) ЛАГЕРЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ.

Важнейшим направлением в работе лагеря станет активное приобщение детей к физкультуре, спорту, здоровому образу жизни.

Применение современных здоровьесберегающих технологий в своей педагогической деятельности отражает две линии оздоровительно-развивающей работы: приобщение детей к физической культуре и спорту; использование программы спортивной подготовки для реализации задач летнего тренировочного этапа.

"В воспитании нет каникул" – эта педагогическая формула становится правилом при организации детского летнего отдыха, а заодно и правилом творческого подхода к каникулам – радостному времени духовного и физического развития роста каждого ребенка. Праздники

и соревнования в лагере составлены с учетом желаний и интересов юных воспитанников и применением новых игровых технологий: «Остров сокровищ», «Индиана Джонс», спартакиада лагеря, проведение конкурса рисунков, а также открытие и закрытие лагеря - проведение Олимпийского дня. Организована «Школа безопасности», целью и задачей, которой стало изучение опасностей, угрожающих спортсмену и разрабатывающих способов защиты от них в любых условиях обитания человека, закрепление практических навыков и умений, находясь в экстремальных ситуациях.

Мероприятия в «Школе безопасности»:

- «День Айболита», где дети учатся оказывать первую медицинскую помощь и применяют на практике дыхательные упражнения, упражнения для улучшения осанки, профилактики плоскостопия и близорукости, самостоятельно учатся выполнять антропометрические измерения.
- «На улицах большого города», вместе с инспектором ГИБДД проводятся занятия по правилам дорожного движения, и соревнования с использованием знаков дорожного движения.

Технология дифференцированного обучения - индивидуального подхода к спортсменам с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств, стала важнейшим требованием в обучении. Дифференцированный и индивидуальный подходы важны для спортсменов, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры.

При разработке мероприятий учитывается уровень физического развития и физической подготовленности спортсменов, используя дифференцированный подход.

Исходя из выше сказанного, школьный лагерь работает по направлениям:

Физкультурно-спортивное направление:

Ориентация на подготовку спортивного резерва (сборных команд района, Республики Карелия, РФ)

Средства: Тренировочные занятия, включающие в себя общефизическую и специальную подготовку в соответствии с программой спортивной подготовки по виду спорта рассчитанную на 43 календарные недели.

Спортивно-оздоровительное направление:

Ориентация на приобретение навыков здорового образа жизни, овладение приемами саморегуляции, здоровьесберегающих технологий

Средства: Утренняя гимнастика (зарядка); спортивные игры на стадионе, спортивной площадке (футбол, волейбол, теннис); подвижные игры на свежем воздухе; эстафеты; закаливающие процедуры, солнечные ванны (ежедневно); воздушные ванны (ежедневно), спортивные праздники. Тренировочные занятия, спортивные соревнования, дни здоровья, различные беседы о здоровом образе жизни, спортивные праздники развивают у детей ловкость и смекалку, помогают им развивать различные двигательные способности и реализуют потребность детей в двигательной активности, приобщают воспитанников к здоровому образу жизни. Для максимального достижения результата при проведении спортивных мероприятиях присутствует дух соревнования и реализуется принцип поощрения. После соревнований, которые развивают не только физическое состояние детей, но и укрепляют их дух, дети получают призы.

В лагере уделяется большое место пропаганде правильного питания и формированию навыков здорового образа жизни. С этой целью продолжает реализовываться программа «Школа безопасности». Проводятся беседы «Оказание первой доврачебной помощи», «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки».

Гражданско-патриотическое направление:

Это направление включает в себя все мероприятия, носящие патриотический, исторический и культурный характер. Мероприятия этого направления воспитывают в детях

патриотизм, любовь к родному краю, чувство гордости за свою страну, за ее историю и культуру.

Средства: Комплекс мероприятий, направленных на положительное отношение к общечеловеческим ценностям, нормам коллективной жизни, развитие гражданской и социальной ответственности за самого себя, общество и Отечество, уважение к государственным символам и традициям; участие в мероприятии, подготовленных к Дню России (конкурс рисунков «Я люблю тебя, Россия»).

Досуговое направление

Овладение навыками культуры общения; развитие лидерских качеств, творческих способностей, артистизма; приобретение навыков взаимопонимания, взаимоподдержки в условиях детского коллектива, приобретение знаний об организаторской деятельности; максимальное раскрытие детского творческого потенциала, массовое участие детей в развлекательных программах.

Средства: «Остров сокровищ», «Индиана Джонс», спартакиада лагеря, открытие и закрытие лагеря - проведение Олимпийского дня, «Школа безопасности».

Все мероприятия проводятся в соответствии с НПА по соблюдению правил и норм работы в условиях распространения вирусной инфекции COVID- 19

МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Нормативно-правовые условия:

- Закон «Об образовании РФ», Дополнительная предпрофессиональная программа физкультурно-спортивной направленности по видам спорта культивируемым в МОУ ДО ДЮСШ № 2;
- Конвенция о правах ребенка, ООН, 1991 г.
- Устав МОУ ДО ДЮСШ № 2;
- Правила внутреннего распорядка профильного лагеря физкультурно-спортивной направленности дневного пребывания.
- Правила по технике безопасности, пожарной безопасности.
- Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в профильном лагере физкультурно-спортивной направленности дневного пребывания.
- Должностные инструкции работников.
- Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра.
- Заявления от родителей.
- Акт приемки лагеря.

2. Материально-технические условия:

- Спортивные залы МОУ ДО ДЮСШ № 2
- Спортивная площадка
- Беговые круги по пересеченной местности
- Помещения для отдыха

3. Кадровые условия:

- Начальник профильного лагеря физкультурно-спортивной направленности;
- Тренеры-преподаватели;
- инструкторы-методисты

4. Методические условия:

1 этап – Подготовительный:

- создание нормативно-правовой базы, разработка документации;
- подбор кадров;
- комплектование групп.

2 этап – Организационный:

- выявление и постановка целей развития коллектива и личности;

- формирование законов и условий совместной работы;
 - подготовка к дальнейшей деятельности по программе.
- 3 этап – Основной:
- выполнение режима дня;
 - реализация плана работы лагеря.
- 4 этап – Заключительный:
- анализ результатов работы – отчет о работе лагеря;
 - отчет (протоколы соревнований, фотоальбом, фотогазета, презентация, обработка видеоматериалов).

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Главным результатом деятельности профильного лагеря физкультурно-спортивной направленности является развитие ребенка.

Результатами успешной деятельности лагеря должны быть показатели развития детей:

- Общее оздоровление спортсменов, укрепление их здоровья. Укрепление физических и психических сил ребенка.
- Приобретение новых знаний и умений.
- Максимальное участие спортсменов в тренировочном процессе, во всех культурно и спортивно-массовых мероприятиях.
- Получение индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности.
- Развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности
- Укрепление дружбы и сплоченности в коллективе.
- Повышение общей культуры спортсменов, привитие им социально-нравственных норм.

ЛИТЕРАТУРА:

1. *«Ах, лето!» С. В. Савинова, В. А. Савинов. – Волгоград 2003*
2. *Вяткин Л.А, Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование- М., 2001*
3. *Козырева О.В., Губарева Т.И., Ларионова Н.Н. Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах, плоскостопии.- Ростов н/Д-1999*
4. *«Летний оздоровительный лагерь» Нормативно – правовая база» Е. А. Гурбина. Волгоград 2006.*
5. *Лето. Каникулы. Лагерь /Под ред. С.А. Шмакова. – Липецк, 1995*
6. *Луговская Ю.П. Детские праздники в школе, летнем лагере и дома. Мы бросаем скуке вызов. (Серия «Школа радости».) – Ростов н/Д: Феникс, 2002*
7. *Максинаева М.Р. Занятия по ОБЖ с младшими школьниками - М, 2002*
8. *Марфина С.В. Летний лагерь от А до Я / С.В.Марфина; худож.Е.А.Афоничева. – Ярославль: Академия развития, 2007*
9. *Панфилова Н.И., Садовникова В.В. 35 суббот плюс каникулы: Сценарии школьных праздников. – М.: Новая школа, 2001*
10. *Степанова О.. Упражнения для профилактики близорукости*
11. *Туристическая игротка. Игры, конкурсы, викторины. -М, 2001*
12. *Федин С.Н. Веселые игры и головоломки. - М., 2006*
13. *Черенкова Е.Ф. Мой любимый день рождения. Как организовать праздник.- М., 2007*
14. *«Чтобы увидеть радугу.....» (из опыта реализации педагогических программ в условиях детского оздоровительного лагеря). – Ижевск, 2001*
15. *Шаульская Н.А. Летний лагерь: день за днем. Большое путешествие. - Ярославль, 2007*
16. *«Решаем и планируем вместе» (методическое пособие в помощь организатору). – Москва, 1998.*
17. *Шмаков С.А. «Лето». – М.,1993.*