

Муниципальное автономное общеобразовательное
учреждение города Ростова-на-Дону
«Гимназия № 52 имени Александра Ароновича Печерского»
(МАОУ «Гимназия №52»)

**Рабочая программа кружка
спортивно –оздоровительного направления
в школьном лагере с дневным пребыванием ««SMILEY»**

2024

Содержание

<u>Пояснительная записка.</u>	3
<u>Актуальность программы.</u>	4
<u>Новизна программы..</u>	4
<u>Адресат программы..</u>	5
<u>Цель и задачи программы..</u>	5
<u>Ожидаемые результаты..</u>	5
<u>Принципы реализации программы..</u>	6
<u>Педагогические методы..</u>	6
<u>Формы организации деятельности детей.</u>	6
<u>Система мотивации и стимулирования.</u>	7
<u>Образовательная деятельность.</u>	7
Календарный план проведения лагерной смены..	8
Критерии эффективности программы.....	10

Пояснительная записка

Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребенку полноценный, правильно организованный отдых летом.

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.

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, развития художественного, технического, социального творчества.

Ежегодно на базе МАОУ «Гимназия № 52» открывается оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей.

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.

Спорту, как и в 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.

Актуальность программы

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 с честью выходить из непростых ситуаций.

Физкультура и спорт помогли тысячам граждан воспитать в себе силу воли, целеустремленность, выдержку, самодисциплину, коллективизм, товарищество, дружбу, взаимовыручку и другие качества.

Народная мудрость гласит: «Здоровье – всему голова».

Здоровье - бесценный дар природы, источник счастья. Поэтому особое внимание в лагере будет уделяться физкультуре и спорту.

Кроме физкультурно-спортивного направления программа предусматривает и разностороннее развитие детей: интеллектуальное, экологическое, физкультурно-оздоровительное, нравственно-эстетическое, патриотическое, профилактическое.

Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребенку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья «здоровые дети – здоровая страна». Считаем, что в основе игротеки летнего оздоровительного лагеря должны быть спортивные и подвижные игры, а также познакомить детей с историей Олимпийских игр, и игровых видов спорта.

Главная идея программы: научить детей быть здоровыми, физически крепкими.

Результативность программы выявляется при помощи данных анкетирования, проведения соревнований, конкурсов, викторин.

Данная программа по своей направленности является комплексной, т. е. включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей в условиях оздоровительного лагеря.

Новизна программы

Целесообразность программы раскрывается во всех аспектах образовательного процесса – воспитании, обучении, развитии. **Новизна программы** прослеживается в широком приобщении детей к разнообразному социальному опыту, созданию в лагере стиля отношений сотрудничества, содружества, сотворчества, участия детей в управлении детским оздоровительным лагерем.

Адресат программы

Основной состав лагеря - это обучающиеся образовательного учреждений в возрасте 6 –17 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, сиротам, опекаемым из семей, детям из категории «трудные» и группа «риска», а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Цель и задачи программы

Цель: организация отдыха и оздоровления обучающихся спортивной школы в летний период, создание условий для укрепления здоровья детей.

Задачи:

1. Создания системы физического оздоровления детей в условиях временного коллектива.
2. Сокращение разрыва между физическим и духовным развитием детей посредством спорта, игры, познавательной и трудовой деятельности.
3. Вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере.
4. Формирование у школьников навыков общения и толерантности.
5. Утверждение в сознании школьников нравственной и культурной ценности.
6. Привитие навыков здорового образа жизни, укрепление здоровья.
7. Приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления.

Ожидаемые результаты

1. Общее оздоровление обучающихся, укрепление их здоровья.
2. Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие физических качеств и творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности.
3. Развитие участниками смены умений и навыков индивидуальной, коллективной, спортивной, творческой и трудовой деятельности, социальной активности.
4. Развитие коммуникативных способностей и толерантности.

5. Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность.
6. Приобретение новых знаний и умений в спортивной и других видах деятельности (разучивание игр, песен, стихов, считалок).
7. Расширение кругозора детей.
8. Повышение общей культуры обучающимся, привитие им социально-нравственных норм.
9. Личностный рост участников смены.

Принципы реализации программы

- Безусловная безопасность всех мероприятий;
- Учет особенностей каждой личности;
- Возможность проявления способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми участниками лагеря;
- Достаточное количество оборудования и материалов для организации всей деятельности лагеря;
- Распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение каждого дня;
- Четкое распределение обязанностей и времени между всеми участниками лагеря;
- Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий детей и взрослых;
- Ежедневная рефлексия с возможностью для каждого участника лагеря высказать свое мнение о прошедшем дне.

Педагогические методы

- метод коллективного действия;
- метод демократического принятия решений по общезначимым вопросам;
- метод воздействия доброжелательной обстановкой;

- метод эмоционального заражения привлекательной деятельностью;
- метод поощрения;
- метод индивидуализации способов участия ребенка в деятельности.

Формы организации деятельности детей

1. Утренняя зарядка;
2. Игры на спортивной площадке;
3. Подвижные игры на свежем воздухе;
4. Эстафеты (спортивная игра «Веселые старты»);
5. Оздоровительные мероприятия (воздушно-солнечные ванны);

Система мотивации и стимулирования

Мотивацию можно разделить на два уровня силы: мотивация сохранения и мотивация достижения.

Чаще всего человеком используется мотивация сохранения. Такое эмоциональное состояние не требует длительной силы эмоций. Активность находится на низком уровне и направлена на то, чтобы не потерять то, что уже создано.

А вот мотивация достижений требует гораздо большей силы эмоций. И, соответственно, требует большей активности для достижения желаемого (то, чего хочется на данный момент).

В течение всей смены стимулируется личностное развитие и рост каждого ребёнка, посещающего летний оздоровительный лагерь. В лагере разработана система стимулирования успешности и личностного роста. Каждый спортсмен может ежедневно получать награды «значок» за активное участие в жизни команды и в целом лагеря.

Если спортсмен набирается 10 «значков», то их можно обменять на одну «медаль». В конце лагерной смены подводятся итоги: подсчитывается количество «значков» и «медалей». Имя победителя заносится на стенд «Славы». По итогам победители получают грамоты.

Образовательная деятельность

Программа оздоровления детей является комплексной, в котором учащиеся ждёт много приключений, множество интересных и увлекательных встреч, в

котором будут жить все дружно, заботясь, друг о друге и об окружающих, развивая свои физические качества. В связи с этим программа делится на несколько направлений и этапов реализации:

1. Физкультурно-оздоровительное направление:

- День здоровья «О спорт, ты – мир!»;
- Утренняя зарядка;
- Подвижные игры на свежем воздухе;
- Спортивные праздники, веселые старты;
- О вредных привычках и о правилах здорового образа жизни;
- Перекресток летних забав;
- Акция «Мы – за здоровый образ жизни!»
- Олимпийский день.

2. Профилактическое направление:

- День без вредных привычек;
- Инструктажи по ТБ, ППБ, ПДД;
- Беседы медика о пользе закаливания, зарядки и т.д

Средства укрепления физического здоровья детей:

1. Полноценное питание детей;
2. Витаминизация;
3. Гигиена приема пищи;
4. Режим дня;
5. Рациональная организация труда и отдыха;
6. Утренняя гимнастика на свежем воздухе;
7. Вынос основной деятельности в лагере на свежий воздух.

Календарный план

Проведения спортивных мероприятий лагерной смены

№	Дата	Наименование мероприятия
1	1.06.2023	1. Открытие лагеря 1. Утренняя зарядка 2. Минутка здоровья «Мой рост и мой вес»
2	5.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Минутка здоровья «Правильное питание»
3	8.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Спортивно оздоровительные игры: «Эстафета с переноской мячей» «Мяч среднему»
4	9.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Спортивно оздоровительные игры: «Раз, два, три, четыре, пять ... начинаем мы играть»
5	12.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Спортивно оздоровительные игры: «Передай по цепочке» «Что там за спиной?»
6	14.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Открытие недели Спорта
7	15.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Спортивно оздоровительные игры: «МИГАЛКИ» «Место здесь»
8	16.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Игры с мячом, со скакалкой.
9	19.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Спортивно оздоровительные игры: «Куда- Куда» «ПОЖАЛУЙСТА»
10	20.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Минута здоровья «Твой режим дня на каникулах».
11	21.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Закрытие недели спорта

12	22.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Соревнования по футболу
13	23.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Минутка здоровья «Солнечный ожог. Первая помощь при ожоге»
14	26.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Спортивно оздоровительные игры: «Зарничка» «Займи место»
15	27.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Минута здоровья «Мы за ЗОЖ!»
16	28.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Минута здоровья «Правила поведения на улице»
17	29.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Спортивные соревнования «Гиннес –шоу».
18	30.06.2023	1. Утренняя зарядка 2. Соревнования по легкой атлетике 3. Закрытие лагеря

Критерии эффективности программы

Для того чтобы программа заработала, нужно создать такие условия, чтобы каждый участник процесса (взрослые и дети) нашел свое место, с удовольствием относился к обязанностям и поручениям, также с радостью участвовал в предложенных мероприятиях. Для выполнения этих условий разработаны следующие критерии эффективности:

- Постановка реальных целей и планирование результатов программы.
- Соответствие содержания мероприятий уровню подготовки и развития детей.
- Заинтересованность педагогов и детей в реализации программы, благоприятный психологический климат.
- Удовлетворенность детей и взрослых предложенными формами работы.

- Творческое сотрудничество взрослых и детей
- Желание участвовать в работе лагеря на следующий год
- Удовлетворенность организацией работы лагеря родительской общественности
- Степень активности ребенка в практической деятельности по усвоению новых знаний, умений и навыков
- Умение участников смены оценивать собственные результаты
- Самостоятельность в занятиях по своему интересу, ответственность
- Характер нравственных отношений со сверстниками, взрослыми
- Качественные изменения физического состояния ребенка
- Расширение знаний о ЗОЖ и способах укрепления здоровья
- Социально значимая направленность деятельности