

Содержание:

I. Пояснительная записка.....	3
II.Содержание программы.....	5
2.1 Методы реализации программы.....	6
2.2 Этапы реализации программы.....	6
2.3 Материально-технические условия.....	6
2.4 Педагогические кадры.....	7
2.5 Механизм отслеживания результатов программы.....	7
2.6 Распорядок дня.....	8
2.7 План работы.....	8

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

С приходом лета родители часто задаются вопросом о том, нужно ли детям продолжать тренировки? Лето — это время отдыха, веселья, беззаботности. Ученые считают, что перерыв не должен превышать четырех недель, в противном случае потеря физических навыков обеспечена. Отдых необходим для восстановления организма, однако активный отдых куда более полезен. В летний период дети особенно энергичны, следовательно им необходимо двигаться.

В период работы летнего лагеря дневного пребывания в МОАУ СОШ №5 для обучающихся отделения хоккей с шайбой и лыжных гонок организована работа по программе «Олимпийцы».

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, который обеспечивает:

-Сохранение физической формы.

-Тренировки на свежем воздухе летом гарантируют контакт с солнцем, который насыщает организм витамином D. Он обеспечивает здоровье костей, способствует мышечному тону.

-Правильное питание — плотная пища для восстановления энергии

-Возможность разнообразить спортивный досуг: тренировки на свежем воздухе, бег, спортивные игры, плавание, теоретическая подготовка.

-Сплочение коллектива.

Данная программа по своей направленности является *профильной спортивно-оздоровительной*, т. е. включает в себя спортивную деятельность, направленную на оздоровление, отдых и воспитание детей в условиях оздоровительного лагеря.

Основная *идея* программы летнего оздоровительного лагеря находит свое отражение в названии «Олимпиец» - сохранению здоровья и гигиене, правильному питанию и закаливанию; оптимальному двигательному режиму и плодотворной трудовой деятельности; грамотному экологическому поведению, безопасному поведению в быту, на улице, предупреждению травматизма.

Целесообразность программы раскрывается во всех аспектах образовательного процесса – в воспитании, обучении, развитии.

Ведущие **принципы** программы

Принцип комплексности оздоровления и воспитания ребёнка реализуется при чётком распределении времени на организацию оздоровительной и воспитательной работы.

Принцип диалогизации реализуется при субъект-объективном характере отношений между взрослым и ребёнком, результатом которых является сотрудничество, сотворчество в направлении здоровьесбережения.

Принцип индивидуально-личностного развития реализуется при педагогической поддержке самоопределения личности ребёнка, развития его

способностей, таланта, передача ему системных научных знаний, умений, навыков и компетенций, необходимых для успешной социализации.

Принцип гарантированной результативности - реализация прав и потребностей детей на получение необходимой психолого - педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возрастной категории детей и уровня их физического развития.

Педагогическая целесообразность программа-летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей входит в воспитательную систему МБОУ ДО ДЮСШ № 2 г.Зеи ориентированную на формирование и развитие ключевых компетентностей, необходимых ребенку для обеспечения безопасности жизнедеятельности, организации здорового образа жизни, полноценного отдыха, творческой активности, дальнейшего саморазвития, самореализации.

Сроки реализации программы

Программа профильной - оздоровительной смены на базе МОБАУ СОШ № 5 с дневным пребыванием детей является краткосрочной, реализуется в течение одной смены - с 01 по 25 июня 2021 года. Продолжительность смены составляет 21 день.

Форма и режим занятий с 9.00 до 14.00; 5 - дневная неделя.

Адресат программы

Участниками оздоровительной смены лагеря с дневным пребыванием являются обучающиеся отделений: хоккей с шайбой, лыжные гонки.

Количество детей- 2 отряда по 15 человек, с 7 до 15 лет

Новизна программы «Олимпиец » заключается в комплексном решении задач оздоровления: физическое развитие детей организуется при одновременном развитии их интеллектуальных и креативных способностей, эмоциональной сферы, психических процессов. Большое внимание уделено выработке у детей навыков, необходимых для принятия правильных решений, относящихся к их собственному здоровью, а также для сохранения и улучшения благоприятной для здоровья окружающей среды.

Актуальность данной программы состоит в том, что ее содержание включает направления деятельности, отвечающие современным требованиям и условиям образования:

- оздоровление воспитанников;
- спортивная деятельность (учебно-тренировочный процесс в летний период);
- организация досуга;

Концептуальные подходы в организации деятельности

- Индивидуальный подход к каждому ребёнку.
- Удовлетворение запросов родителей воспитанников.
- Одобрение достижений ребенка в какой-либо деятельности, предоставление ему возможности проявить себя в других видах деятельности.
- Исключение какого-либо давления на детей, создание обстановки доверия и открытости.

- Помощь ребёнку в самоанализе, оценивании собственной деятельности, в самостоятельном решении проблем в жизненных ситуациях.

Родители и педагоги, в первую очередь, заинтересованы в воспитании здорового, физически крепкого, интеллектуально и творчески развитого ребёнка. В летнем пришкольном лагере создаются все условия для укрепления здоровья детей, развития их интеллектуальных, физических и творческих способностей; реализуются медико-профилактические, спортивные, культурно-досуговые программы и услуги, обеспечивающие восстановление сил, творческую самореализацию, нравственное, гражданское, патриотическое, экологическое воспитание детей.

Цель программы – организация благоприятных условий для полноценного летнего отдыха, досуга детей, развития их личностного потенциала, оздоровления, укрепления нравственного и физического здоровья, гражданско-общественной и коммуникативной компетентности в летний период.

Задачи:

- Формировать у детей навыки здорового образа жизни через участие в медико-профилактических, спортивных программах и мероприятиях.
- Формировать у обучающихся коммуникативные навыки через сплочение детского коллектива, поддержание духа сотрудничества и взаимопомощи
- Развивать интеллектуальные, физические, творческие, коммуникативные способности детей через участие в культурно-досуговых программах, коллективно-творческих делах.
- Развивать навыки социальной адаптации и организаторские способности детей путем включения в систему самоуправления, подготовки и проведения дел в отряде.
- Развивать личностные качества ребенка, удовлетворять потребность в самореализации через свободный выбор интересной для него деятельности.
- Воспитывать толерантность, патриотизм, бережное отношение к природе.

2.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы представляет широкий спектр направлений деятельности, а также привлекательно тем, что мероприятия отвечают интересам детей, позволяют проявить творчество, самостоятельность. Программой предусмотрена вариативность в кружковой деятельности. Содержание программы способствует удовлетворению потребности в самоутверждении. Включение детей в любые виды деятельности основано на лично-ориентированном подходе.

Программа реализуется по следующим **направлениям:**

1. Спортивно – оздоровительное

Формы: зарядка, закаливание, беседа с фельдшером школы, учебно-тренировочные занятия, спортивные праздники, соревнования, подвижные игры на свежем воздухе.

1. *Творческое*
Формы: КТД, конкурсы, викторины.
2. *Патриотическое*
Формы: экскурсия, беседа, просмотр видео.
3. *Социально-психологическое*
Формы: участие в общественно-значимых делах лагеря, работа по заданиям

2.1 Методы реализации программы

Методы оздоровления: утренняя гимнастика, спортивные занятия и соревнования, беседы по гигиеническому воспитанию, здоровому образу жизни и профилактике травматизма, закаливание.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, личный пример, вовлечение каждого воспитанника в деятельность, самоуправление.

Методы обучения: словесный (объяснение, беседа, рассказ, диалог); демонстрация; иллюстрация; видеометод; ситуационный; игра.

Процесс оздоровления воспитанников лагеря будет складываться из «слагаемых» здоровья, которые в комплексе приведут к ожидаемым результатам.

Механизм реализации программы включает следующие разделы:

2.2 Этапы реализации программы

I Организационно-подготовительный этап (1-й – 2-й день).

Задача: помочь участникам смены адаптироваться в условиях лагеря, познакомиться с режимом работы смены, планом мероприятий.

II Основной этап (4-й – 19-й день).

Задача: реализация содержания программы, включение участников смены в занятия и различные формы деятельности.

III Заключительный этап. (20-21 день)

Задача: подведение итогов смены, определение степени результативности.

2.3 Материально-технические условия

Для успешной реализации программы предусматривается использование учебных помещений образовательного учреждения и оборудование: спортивный зал, школьный стадион (спортивные площадки), тренажерный зал, лыжная трасса, кабинет с мультимедийным оборудованием; информационный кабинет с методическим сопровождением и наглядными пособиями к программе; библиотека с подбором художественной и специальной литературы; спортивный инвентарь, спортивное оборудование; настольные игры и канцелярские товары; грамоты, подарки.

2.4 Педагогические кадры

Качественная организация летнего отдыха, культурной и досуговой деятельности детей, их оздоровление и воспитание, развитие разнообразных навыков и творческих способностей, развитие коммуникативных компетентностей и компетентностей социального взаимодействия,

приобщения детей к здоровому и безопасному образу жизни в значительной степени зависит от знаний, умений и подготовленности к работе тех взрослых, которые организуют жизнедеятельность лагеря. В реализации программы участвуют тренеры-преподаватели спортивной школы.

Тренеры-преподаватели несут ответственность за жизнь и здоровье детей, соблюдение Распорядка дня, норм санитарной и пожарной безопасности, организацию и содержание оздоровительно – воспитательной и досуговой деятельности, работу органов самоуправления и проведение досуговых мероприятий в рамках программы, анализируют деятельность отрядов.

2.5 Механизм отслеживания результативности программы

В работе по программе «Олимпиец» большое внимание уделяется воспитательной работе с обучающимися. Реализация воспитательного компонента программы создает благоприятную психоэмоциональную среду, способствующую не только психологическому оздоровлению детей, но и формированию у них устойчивой мотивации здорового образа жизни.

Главным результатом деятельности спортивно-оздоровительного лагеря является развитие ребенка.

Результатами успешной деятельности лагеря должны быть показатели развития детей:

- Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья. Укрепление физических и психических сил ребенка
- Приобретение новых знаний и умений.
- Максимальное участие учащихся 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 учащихся, привитие им социально-нравственных норм

Сформированность у детей ответственного ценностного отношения к здоровью:

- отношение к здоровью как ценности;
- формирование представления о себе как о здоровом человеке;
- способность использовать в повседневном поведении всю информацию, которая служит сохранению и укреплению здоровья;
- конкретные привычки здорового образа жизни;
- укрепление здоровья воспитанников;

Улучшение антропометрических измерений воспитанников.

Мониторинг фельдшера школы, тестирование детей.

- Развитие лидерских и организаторских качеств ребёнка, его творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности.
 - Личностный рост участников смены.
 - Укрепление связей между разновозрастными группами детей.
 - Развитие у ребёнка коммуникативных способностей и толерантности.
- Составление диагностической карты, наблюдение
- Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности;
 - Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность.
- Формирование позитивного социального опыта и межличностного общения, проявление самостоятельности у детей.
- Анализ успешности в последовательной реализации коллективных видов деятельности
- Организованный отдых учащихся в летний период.
- Ежедневный фотоотчёт о деятельности

2.6 Распорядок дня

Сбор детей.....	08.30-09.00
Линейка.....	09.00-09.15
Завтрак.....	09.15-10.00
Работа по плану лагеря.....	10.00-12.30
Обед.....	12.30-13.30
Инструктажи по ТБ.....	13.30-13.45
Уход детей домой.....	13.45-14.00

2.7 План работы.

Дата

Наименование мероприятия

1

01.06.2021

Зарядка

Открытие смены.

Ознакомление с правилами пребывания на территории лагеря.

Беседа на тему: «Как себя вести и куда звонить в экстренных ситуациях».

Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.

Спортивные игры на свежем воздухе.

2

02.06.2021

Зарядка

Беседа: «Правила поведения в столовой».
Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.
Ежедневный спортивный кросс.
Бассейн.

3

03.06.2021

Зарядка
Беседы по профилактике ДТП.
Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.
Ежедневный спортивный кросс.
Спортивные игры.

4

04.06.2021

Зарядка.
Беседа: «Режим дня спортсмена, правильное питание и многое другое».
Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.
Ежедневный спортивный кросс.
Тренажёрный зал.

5

05.06.2021

Зарядка.
Беседа о влиянии физических упражнений на организм человека.
Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.
Ежедневный спортивный кросс.
Спортивная игра. «Футбол».

6

07.06.2021

Зарядка.
Беседы по профилактике правонарушений среди молодёжи.
Работа в спортивных секциях, по отдельному плану.
Ежедневный спортивный кросс.
Спортивные игры.

7

08.06.2021

Зарядка.
Конкурсная программа: «Весёлые старты».
Профилактическая беседа о вреде наркомании и табакокурении.
Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.
Ежедневный спортивный кросс.
Спортивные игры.

8

09.06.2021

Зарядка.

Минута здоровья «Твой режим дня на каникулах».

Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.

Ежедневный спортивный кросс.

Плавательный бассейн.

9

10.06.2021

Зарядка.

Беседа: «Будь здоров!»

Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.

Ежедневный спортивный кросс.

Спортивные игры.

10

11.06.2021

Зарядка.

Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.

Ежедневный спортивный кросс.

Тренажерный зал.

11

14.06.2021

Зарядка.

Конкурс рисунков на спортивную тематику: «О спорт ты мир».

Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.

Ежедневный спортивный кросс.

Спортивные игры. «Лапта».

12

15.06.2021

Зарядка.

Конкурсно – игровая программа: «Этот знак зовётся так!» - игра «Дорожные знаки»

Минутка здоровья: «Мой рост и мой вес».

Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.

Ежедневный спортивный кросс.

13

16.06.2021

Зарядка.

Беседа «Хорошие привычки»

Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.

Ежедневный спортивный кросс.

Спортивная игра. «Волейбол».

14

17.06.2021

Зарядка

Минутка здоровья: «Зелёная аптечка» - первая помощь при укусах насекомых.
Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя
Ежедневный спортивный кросс.
Спортивная игра. «Футбол».

15

18.06.2021

Зарядка

Веселая спартакиада.

Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя

Ежедневный спортивный кросс.

Спортивная игра. «Пионербол».

16

19.06.2021

Зарядка.

Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя.

Ежедневный спортивный кросс.

Тренажерный зал.

17

21.06.2021

Зарядка.

«Кто со спортом дружен? Тот сегодня нужен». (Спортивная программа).

Работа в спортивных секциях, по отдельному плану.

Ежедневный спортивный кросс.

Спортивные игры.

18

22.06.2021

Зарядка.

Беседа «Допинг с детско-юношеском спорте».

Работа в спортивных секциях, по отдельному плану.

Ежедневный спортивный кросс.

Спортивные игры.

19

23.06.2021

Зарядка.

Работа в спортивных секциях, по отдельному плану.

Ежедневный спортивный кросс.

Спортивные игры. «Мини футбол»

20

24.06.2021

Зарядка.

Беседа «Культура речи»

Работа в спортивных секциях, по отдельному плану.

Ежедневный спортивный кросс.

Спортивные игры «Бадминтон»

21

25.06.2021

Зарядка.

Тренировочное занятие по плану тренера-преподавателя

Итоговое анкетирование.

Праздничное мероприятие, посвященное к закрытию смены