

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение №32 г.
Липецка**

**Программа спортивного кружка
физической культуры
в лагере с дневным пребыванием детей**

Составила:
Ключникова Д. С.

г. Липецк 2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь.

Гиппократ

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

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 летнего лагеря.

По продолжительности программа реализуется в течение лагерной смены – 21 день. Программа реализуется в период летних каникул.

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.

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.

Разные формы взаимодействия направлены на ликвидацию барьеров в межличностных отношениях. Любой ребенок, как через организованную, так и через свободную деятельность получает возможность активного включения в социальную структуру группы.

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. 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 наклонностей и способностей. Задача педагогического коллектива школы в воспитательном плане состоит в том, чтобы поднять значение здорового образа жизни, организовать свободное время во время летних каникул.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КРУЖКА

Цель:

Воспитание сознательного отношения ребят к укреплению своего здоровья, к личному уровню физической подготовки и максимальному раскрытию своих способностей в период каникул.

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 СПОРТИВНОГО КРУЖКА

Важнейшим направлением в работе кружка станет активное приобщение детей к физкультуре, спорту, и 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 развивающих форм оздоровительной работы.

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

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

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

Спортивно–оздоровительное направление:

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

Средства: Утренняя гимнастика (зарядка); спортивные игры (пионербол, бадминтон); подвижные игры; эстафеты.

Спортивные соревнования, веселые эстафеты, различные беседы о здоровом образе жизни, спортивные задания развивающие у детей ловкость, координацию движений, быстроту 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 (веселые старты, эстафеты) присутствует дух соревнования и реализуется принцип поощрения.

План работы спортивного кружка в школьном лагере

Зарядка ежедневно в 9.00

№ п/п	Дата	Мероприятие
1	27.05	Подвижные игры с мячом
2	28.05	Подвижные игры с бегом
3	29.05	Спортивная игра «Пионербол»
4	30.05	Турнир по шашкам
5	31.05	Преодоление полосы препятствий
6	03.06	Спортивная игра «Вышибалы»
7	04.06	«Веселые старты»
8	05.06	Подвижные игры с прыжками
9	06.06	Турнир по дартсу
10	07.06	Подвижные игры на свежем воздухе
11	10.06	Соревнования «Быстрее, выше, сильнее»
12	11.06	Спортивная игра «Пионербол»
13	13.06	Эстафеты
14	14.06	Подвижные игры с мячом
15	17.06	Спортивная игра футбол

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Главным результатом деятельности спортивного кружка является развитие ребенка.

Результатами успешной деятельности кружка должны быть показатели развития детей:

- Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья
- Укрепление физических и психических сил ребенка
- Приобретение новых знаний и умений.
- Максимальное участие детей 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, самостоятельности.
- Укрепление дружбы и сплоченности в коллективе.
- Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм.

ЛИТЕРАТУРА:

1. *Панфилова Н.И., Садовникова В.В.* 35 суббот плюс каникулы: Сценарии школьных праздников. – М.: Новая школа, 2001
2. *Туристическая игротка.* Игры, конкурсы, викторины. -М., 2001
3. *Федин С.Н.* Веселые игры и головоломки. - М., 2006
4. *Черенкова Е.Ф.* Мой любимый день рождения. Как организовать праздник.- М., 2007
5. «*Чтобы увидеть радугу... ..*» (из опыта реализации педагогических программ в условиях детского оздоровительного лагеря). – Ижевск, 2001
6. «*Решаем и планируем вместе*» (методическое пособие в помощь организатору). – Москва., 1998.