

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Дмитро-Титовская средняя общеобразовательная школа
Филиал Червовская СОШ**

**ЛЕТНИЙ ПРОФИЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ
«Берёзка»**

**Программа физкультурно-спортивной
профильной смены «Старт»**



Пояснительная записка

Проблема воспитания здорового поколения приобретает все большую актуальность в нашем обществе. Многие причины вызывают ухудшение состояния здоровья - загрязненная экология, наследственность, пренебрежение правилами здорового образа жизни.

Истина гласит, что только здоровый человек с хорошим самочувствием, психологически устойчивый, высоко нравственный способен активно жить, успешно преодолевая различные трудности и достигая успехов в любой деятельности.

Здоровое развитие детей - национальный приоритет России. Р.Роллан в свое время сказал, что здоровье также заразительно, как и болезнь. «Заразить» здоровьем всех наших детей, учителей и родителей, создать моду на здоровье - неотложная цель гражданского общества России.

Целью физического воспитания является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемые физической культуры: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

«Забота о здоровье - это важный труд воспитателя. От здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». В.А. Сухомлинский.

Система физического воспитания, объединяющая формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Решая задачи физического воспитания необходимо ориентировать деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений приобретение опыта общения.

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

По продолжительности программа является краткосрочной, т. е. реализуется в течение 10 дней.

Цель и задачи программы

Цель - создание необходимых условий для оздоровления, отдыха и рационального использования каникулярного времени у обучающихся и воспитанников, формирования у них общей культуры и навыков здорового образа жизни;

Задачи:

1. Создание системы физического оздоровления детей в условиях временного коллектива.
2. Сокращение разрыва между физическим и духовным развитием детей посредством игры, познавательной и трудовой деятельностью.
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.

- создание максимальных условий для быстрой адаптации обучающихся и воспитанников с учетом возрастных особенностей.

Педагогическая идея программы

Главной задачей всего коллектива является составить план работы таким образом, чтобы дети максимальное количество времени проводили на воздухе, занимались спортом, играли в подвижные игры, участвовали в соревнованиях. Поэтому большинство мероприятий, вошедших в план, были посвящены спортивной работе. Вся первая половина дня целиком состоит из оздоровительных мероприятий: утренняя зарядка, игры на воздухе, спортивные соревнования, эстафеты, общая физическая подготовка; вторая половина - интеллектуальные игры, турниры, беседы и викторины о ЗОЖ.

Воспитатели профильной смены «Старт» стремятся создать безопасные условия для жизни детей.

Целевой блок программы

Физкультурно-спортивная смена «Старт» - это сфера активного отдыха, разнообразная общественно значимая досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической, словесной школьной деятельности. Физкультурно-спортивная смена дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высоким уровням самоуважения и самореализации.

Физкультурно-спортивная смена являются частью социальной среды, в которой дети реализуют свои возможности, потребности в индивидуальной, физической и социальной компенсации в свободное время. Профильная смена является, с одной стороны, формой организации свободного времени детей разного возраста, пола и уровня развития, с другой - пространством для

оздоровления, развития физических способностей.

Лето для детей - это разрядка, накопившейся за год напряженности, восполнение израсходованных сил, восстановление здоровья, развитие творческого потенциала, совершенствование личностных возможностей, время открытий и приключений, время игры и азартного труда, время событий и встреч с чудом, время познания новых людей, а главное - самого себя.

Важнейшим направлением в работе смены является активное приобщение детей к физкультуре, спорту, олимпийским традициям и здоровому образу жизни.

Каждый день смены строится на основе дел:

1. Беседа по технике безопасности и ПДД.
2. Утренняя зарядка на свежем воздухе.
3. Подвижные и спортивные игры на свежем воздухе.
4. Воспитательное мероприятие (викторины, турниры, беседы, просмотр фильмов о ЗОЖ, работа над проектами).

Такой распорядок дня сможет обеспечить детям оздоровление и воспитательное воздействие педагогов во внеучебное время.

Каждое запланированное дело создает условия для развития и совершенствования ребенка, его максимальной самореализации.

Главные особенности программы:

- наличие комплексной программы турниров, викторин;
- включение в программу различных игр;
- организация соревнований, в ходе которых перед каждым участником ставится задача «победить самого себя, а не других»;
- проведение так называемых - новых игр, в которых отсутствует разделение участников на победителей и проигравших.

Смена идет под девизом: «Мы хотим всем рекордам наши звонкие дать имена!» и включает не только спортивные соревнования, но и интеллектуальные игры, культурно-просветительскую работу.

Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены

- 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 течении 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.

Содержание и формы реализации программы

Современных детей объединяет желание быть значимыми для себя и полезными для других, им нужна забота, понимание и внимание взрослых. Правильная организация деятельности детей в летний период является связующим звеном между школьной и социальной педагогикой, основанными на принципах гуманизма, толерантности, демократии и самодеятельности.

Реализация программы возможна с помощью обеспечения педагогическими кадрами, организации качественного питания и медицинской помощи. Одной из главных направлений летнего лагеря - *физкультурно-оздоровительная деятельность*.

Задачи физкультурно-оздоровительной деятельности:

- Вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы;

- Выработка и укрепление гигиенических навыков;
- Расширение знаний об охране здоровья.

Основные формы организации:

- Утренняя гимнастика (зарядка),
- Спортивные игры на спортивной площадке,
- Подвижные игры на свежем воздухе («Пустое место», «Колесо», «Тропа здоровья»),
- Эстафеты (спортивная игра «Веселые старты»)

Программа предполагает следующее:

1. разрядка и восстановление (отдых, восстановление физических и психологических сил, снятие напряженности, избавление от учебных программ);
2. развлечения и любимые занятия;
3. саморазвитие и самореализация (развитие творческих и физических сил);
4. образовательная компенсация (получение знаний вне школьных программ);

Для оздоровления детей созданы следующие условия:

1. Спортивный зал;
2. Спортивная площадка;
3. Медицинский кабинет;

Физическое здоровье детей укрепляется следующими средствами:

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. Основная деятельность в лагере осуществляется на свежем воздухе.

По итогам смены самых активных ребят награждаем грамотами.

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимо выполнение ряда условий:

1. Чёткое представление целей и постановка задач.
2. Конкретное планирование деятельности.
3. Кадровое обеспечение программы.
4. Методическое обеспечение программы.
5. Педагогические условия.
6. Материально-техническое обеспечение.

Реализация программы проходит с помощью коммуникативных, творческих, развивающих и подвижных игр; организации коллективных творческих дел, выполнению заданий по рефлексии лагерных дел, физических коррекционных упражнений.

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;
- Заинтересованность педагогов и детей в реализации программы, благоприятный психологический климат;
- Удовлетворенность детей и взрослых предложенными формами работы;
- Творческое сотрудничество взрослых и детей.

План работы физкультурно-спортивной профильной смены «Старт»

Дата	Мероприятия
1 день	День Детства. -занятие «Олимпийский резерв» - спортивная эстафета;
2 день	День таланта. -игры в шахматы, шашки; Минутка здоровья «Закаляйся!»
3 день	О спорт, ты-мир! -тематическое занятие «Олимпийский резерв» - знакомство с историей Королевы спорта - Легкой атлетикой; -соревнования по легкой атлетике.
4 день	День сюрпризов -встреча с медицинским работником «Солнечный ожог»; -тематическое занятие «Олимпийский резерв» - беседа «Олимпийские игры древности и современности».
5 день	День Здоровья - эстафета «От игры к спорту»; -соревнования по футболу, бегу.
6 день	День книги -эстафета по сказкам А.С.Пушкина; -конкурс спортивных газет
7 день	День волейбола -соревнования по волейболу; Минута здоровья «Правила поведения на улице»
8 день	День футбола - беседа об истории футбола; -соревнования по футболу внутри лагеря; -игры в шашки, шахматы, бадминтон
9 день	День национальных игр -игры народов мира;
10 день	День Отечества -акция «Мы - за здоровый образ жизни!»;