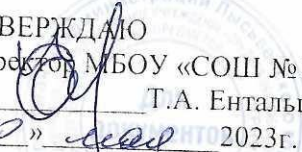


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 16 с УИОП»

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ №16 с УИОП»
Т.А. Ентальцева
«30» сентября 2023г.



Подпрограмма Летнего клуба "РЕЗЕРВ"

Разработчики программы:

Терехин А.В.
учитель физической культуры
Катаева Л.В.
учитель физической культуры

г. Лысьва

2023

Пояснительная записка

В совершенных условиях всестороннее и гармоничное формирование личности невозможны без повышения общей культуры, одним из видов которой является культура физическая.

Состояние здоровья учащихся в нашей стране вызывает тревогу. И это не удивительно. По заключению специалистов, объем активности детей и подростков должен состоять не менее 6 часов в неделю, в этом случае наблюдаются более высокие показатели умственной работоспособности, её устойчивости в течение дня, адаптации к физическим нагрузкам, сопротивляемости простудным заболеваниям.

Одной из форм, решающих эти проблемы является привлечение детей и подростков в летний профильный спортивно-оздоровительный лагерь, где создаются условия для повышения двигательной деятельности ребят, обеспечивающей им активный отдых, развития их физических качеств (повышение общей культуры), приобретение опыта подготовки и проведения спортивных мероприятий, их судейство, способов совместной деятельности.

Подпрограмма "РЕЗЕРВ" рассчитана на ребят, преуспевающих в спортивной деятельности, так и на школьников со слабым физическим развитием и направлена на удовлетворение интересов и потребностей ребят в своем физическом и социальном развитии, повышение круга знаний в области физической культуры и спорта. Дети с низким физическим развитием неуверенно чувствуют себя в среде более сильных и способных сверстников, у них создается комплекс в поведении, участия в играх и соревнованиях.

Подпрограмма позволяет сориентировать ребят на самостоятельные занятия физическими упражнениями, укреплять здоровье, поверить в свои силы даёт возможность проявить себя, как организатором в подготовке и проведении спортивных и подвижных игр и соревнований, совершенствовать свое физическое состояние. Подготовить инструкторов-общественников в помощь учителю физкультуры для проведения во время учебного года культурно-массовых мероприятий.

Цель подпрограммы: создание условий для улучшения физического развития детей, творческих способностей, поддержания их здоровья.

Задачи:

1. Повысить двигательную активность детей, укрепить здоровья.
2. Приобрести навыки и умения в организации и проведения спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий.
3. Подготовить инструкторов-помощников для организации спортивных мероприятий.
4. Развивать у воспитанников творческий и лидерский потенциал.
5. Воспитывать культуру здорового образа жизни.

6. Сохранение и укрепление здоровья.
7. Подпрограмма "РЕЗЕРВ" реализуется продолжительность в 10 дней.

Основные направления подпрограммы.

1. Спортивно-оздоровительное;
2. Игровое;

Содержание деятельности.

1. Спортивно-оздоровительный блок.

Задачи:

1. Обеспечить устойчивость режима дня, питание.
2. Ориентировать ребят на саморазвитие, самосовершенствование, постоянное занятие физическими упражнениями в течение года.
3. Создать условия для повышения культурного и физического уровня подростков.
4. Вести работу по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями.

- Формы деятельности

Спортивные игры, подвижные игры, тренировки.

2. Игровой блок

Задачи:

1. Создать условия для бесконфликтного поведения детей во время игры, сплочение временных детских коллективов.
2. Обеспечить самоопределение детей в выборе игровой деятельности.
3. Способствовать гармоническому развитию детей.

- Формы деятельности

Игры на знакомства, игры на доверие и взаимопонимание в команде.

Этапы реализации подпрограммы

I этап: подготовительный

1. Составление подпрограммы "РЕЗЕРВ" – до 03.08.2023 г.
2. Определение списка учащихся для летнего спортивного клуба - до 03.08.2023 г.
3. Пакет документов для работы (приказ, список, инструктажи, должностная инструкция)

II этап: основной

Отдых на территории МБОУ "СОШ №16 с УИОП", городского стадиона и других спортивных площадок:

1-2 день – адаптация ребят в новом формирующемся временном коллективе, знакомство с распорядком дня, определение перспектив собственной деятельности.

3-9 день – получение ими нового опыта в организации по саморазвитию и самосовершенствованию, раскрытие способностей и талантов, демонстрация умений и навыков, тренировочный процесс.

10 день – подведение итогов реализации подпрограммы, оценка и самооценка полученных знаний и умений. Прогнозирование перспектив в дальнейшем улучшении физического состояния детей.

III этап: подведение итогов

Подведение итогов данной формы летнего отдыха.

Условия реализации подпрограммы.

1. Материально – техническое и финансовое обеспечение (расходные материалы).
2. Спортивная площадка на свежем воздухе, спортивный инвентарь.
3. Положительное отношение родителей к летнему профильному лагерю досуга и отдыха, и педагогическому составу.
4. Сплоченный педагогический коллектив.

Ожидаемые результаты реализации подпрограммы.

1. 100% удовлетворенность подростков летним отдыхом в данной форме оздоровления.
2. Повышение мотивации ребят к систематическим занятиям спортом.
3. Приобретение новых друзей.
4. Повышение физической подготовленности детей.
5. Повышение уверенности в себе.
6. Сформированность знаний и умений, предусмотренных подпрограммой.

План-сетка "РЕЗЕРВ":

- Приложение 1 – Терехин А.В.;
- Приложение 2 – Катаева Л.В.;

Режим дня:

10.00 – 10.15 – Сбор, утренний фильтр;

9.15 – 12.00 – тренировка;

Список литературы

1. М.Е Сысоева. Организация летнего отдыха детей. М: «Владос», 1999г
2. И. Хусиутдинова. Формирование нового содержания педагогического процесса в условиях временного детского коллектива: Самара, 1998
3. Эрик Бери. Лидер и группа. Екатеринбург, 2000г
4. И. М. Коротков. Подвижные игры во дворе, М: «Знание», 1987г
5. А.А. Деркач. Творчество тренера. М: «Физкультура и спорт», 1982

6. В. Г. Черный. Спорт без травм. М: «Физкультура и спорт», 1988
7. Ю. А. Ермолаев. Народные подвижные игры. М: , 1990
8. «Рюкзачок»

Приложение 1

План - сетка профильного лагеря досуга и отдыха

Руководитель: Терехин А.В.

16 августа Инструктажи Игры на знакомство в команде.	17 августа Игры на сплочение и доверие в команде.	18 августа ОФП.
21 августа Тренировочный процесс. Баскетбол	22 августа День государственного флага Российской Федерации	23 августа Тренировочный процесс. Баскетбол
24 августа Тренировочный процесс. Баскетбол	25 августа Тренировочный процесс. Баскетбол	28 августа День российского кино. Просмотр и обсуждение российского фильма о спорте
29 августа Игровой день. Баскетбол.		

Приложение 2

План - сетка профильного лагеря досуга и отдыха

Руководитель: Катаева Л.В.

16 августа Инструктажи Игры на знакомство в команде.	17 августа Игры на сплочение и доверие в команде.	18 августа ОФП.
21 августа Тренировочный процесс. Баскетбол	22 августа День государственного флага Российской Федерации	23 августа Тренировочный процесс. Баскетбол
24 августа Тренировочный процесс. Баскетбол	25 августа Тренировочный процесс. Баскетбол	28 августа День российского кино. Просмотр и обсуждение российского фильма о спорте
29 августа Игровой день. Баскетбол.		