

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Школа №6 Камышловского городского округа

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

«ШКОЛЬНЫЙ СПОРТИВНЫЙ КЛУБ»

Направление – физкультурно-оздоровительное

Сроки реализации: с 01.06 по 21.06.2026 г.

Возраст: 7-14 лет

Составитель:
учитель физической культуры,
Глушкова Н.А.

Камышлов, 2026г.

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.

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.

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, нравственное, эстетическое, патриотическое, гражданское.

Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребенку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья. «Здоровому – каждый день праздник», - гласит восточная мудрость. Вот поэтому мы взяли для нашего пришкольного лагеря физкультурно-спортивное направление. Считаем, что в основе игротехники летнего оздоровительного лагеря должны быть спортивные и подвижные игры, а также познакомить детей с историей Олимпийских игр.

Программа рассчитана на летний период (июнь)

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.

По продолжительности программа краткосрочная, реализуется в течение одной лагерной смены, с 01.06. по 21.06.2026 г.

Основной состав лагеря – это учащиеся образовательных учреждений в возрасте 7–14 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 учащихся школы в летний период, создание условий для укрепления здоровья детей.

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.

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 самостоятельности.

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»)

Работа по патриотическому и гражданственному воспитанию ведётся в течение всей смены.

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. основной деятельности в лагере на свежий воздух.

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.

Этапы реализации программы.

Детям предлагается «построить» «Спортивный городок», в котором их ждёт много приключений, множество интересных и увлекательных встреч, в котором будут жить все дружно, заботясь, друг о друге и об окружающих, и при этом, развивая свои физические качества.

I этап -организационный, который называется «Создание Спортивного городка» – места для проживания спортсменов (участвуют все дети). Строительство « Спортивного городка» – дети, воспитанники лагеря распределяются на спортивные команды(отряды). У каждой команды есть свой тренер (староста). Обязанности участников строительства такого городка определяются тренерами «Спортивного городка» и воспитателями лагеря - составление графика дежурства, выявление талантов, желаний и способностей. «Знакомство с планом строительства « Спортивного городка» – основные дела «команды и тренеров».

II этап - основной – строительство «Спортивного городка». Каждый день жители проводят свои интересные дела или участвуют в общих делах. Все это отражается на физическом росте спортивных качеств каждой команды. Итоги каждого дня подводятся на «Полянке» у «Олимпийского огня», где каждому команде в качестве поощрительного приза дарятся бумажные медальки.

III этап -заключительный этап – последний день лагерной смены. Проводится презентация « Спортивного городка»: подведение итогов работы спортивных команд. Так «Спортивный городок» возрожден. Составляются списки ребят для награждения дипломами « Спортивного городка». Готовятся грамоты.

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

Тематическое планирование

№ п/п	Тема учебного занятия, раздела	Кол-во часов	Форма занятия
1.	Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты.	1	Беседа. Практическое занятие
2	Бег на короткие дистанции, низкий старт	1	Практическое занятие
3	Передача эстафетной палочки, особенности эстафетного бега	1	Практическое занятие
4	Эстафетный бег, упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	1	Практическое занятие
5	Метание мяча в цель и на дальность.	1	Практическое занятие
6	Упражнения на развитие выносливости. Игровые эстафеты	1	Практическое занятие
7	Техника безопасности на баскетболе. Основная стойка	1	Беседа. Практическое занятие
8	Броски мяча с места и в движении.	1	Практическое занятие
9	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты. Игра «Вышибалы». «Тяни в круг»	1	Беседа. Практическое занятие
10	Игра «Третий лишний», «Внимание».	1	Практическое занятие
11	Эстафеты с мячами. Игра «Не урони».	1	Практическое занятие
12	Игра «Вызов», «Гонка мячей по кругу».	1	Практическое занятие
13	Эстафета с элементами равновесия.	1	Практическое занятие
14	Игра «Лапта»	1	Практическое занятие