**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**

**«Чебулинская детско-юношеская спортивная школа»**

|  |  |
| --- | --- |
| Принята на заседании  методического совета | Утверждаю  Директор МБУДО  «Чебулинская ДЮСШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_М.А.Баранов  Приказ от 22.05.2024г № 51-о. |

**ПРОГРАММА**

**физкультурно-спортивной направленности**

**«Быстрее, выше, сильнее»**

**пгт. Верх-Чебула 2024г.**

**Информационная карта программы физкультурно-спортивной направленности «Быстрее, выше, сильнее»**

|  |  |
| --- | --- |
| Полное название программы | «Быстрее, выше, сильнее» |
| Авторы программы | Заместитель директора по УВР Чоботова Г.А. |
|  |  |
| География проведения программы | программа будет осуществляться:  -Чебулинский муниципальный округ, пгт. Верх-Чебула,  Территория палаточного лагеря «По следам Динатерры», стадион ДЮСШ, спортивные площадки при образовательных учреждениях. |
| Юридический адрес организации | 652270 Российская Федерация, Кемеровской области, пгт. Верх-Чебула ул. Ключевая, 46 |
| Телефон | раб.(384) – 44- 6-12-18 |
| Цель программы | Воспитание  сознательного отношения воспитанника к укреплению своего здоровья, к личному уровню физической подготовки и максимальному раскрытию своих способностей в период летней оздоровительной работы |
|  |  |
| Направление программы | Физкультурно-спортивное:  -работа с одарёнными детьми,  - спортивно-массовые мероприятия,  -учебно-тренировочные сборы. |
| Срок реализации программы | Июнь - август 2024 года |
| Место реализации программы | Чебулинский муниципальный округ, МБУДО «Чебулинская ДЮСШ» Территория палаточного лагеря, стадион ДЮСШ, спортивные площадки при образовательных учреждениях . |
| Общее количество участников программы:  - кадровый состав  - участники проекта | Учебно-тренировочные сборы:  Баскетбол: 30 учащихся, 2 тренера-преподавателя (июнь)  Мини-футбол: 15 учащихся, 1 тренер-преподаватель (июнь)  Дзюдо: 15 учащихся, 1 тренер-преподаватель.  Выездной палаточный лагерь- 50 учащихся, 4 чел.-тренеры-преподаватели.  Вечерние спортивные площадки-1200чел. ( 6 чел.-тренеры-преподаватели) |
| География участников | Учащиеся образовательных учреждений Чебулинского муниципального округа. |

**1.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 участие детей в спортивных мероприятиях на вечерних площадках, занятия спортом во время учебно-тренировочных сборов, летнего лагеря с дневным пребыванием детей.

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

  Программа реализуется в период летних каникул в июне-августе.

**Общее число участников за летний период** – около 2000 человек.

**Основной состав участников** – это учащиеся образовательного учреждения в возрасте 6–18 лет. При комплектовании особое внимание уделяется детям состоящим на различных видах учета, из малообеспеченных, неполных семей, детям-инвалидам, детям-сиротам, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации

Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

– Конвенцией ООН о правах ребенка;

– Конституцией РФ;

– Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»;

– Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.98 г. № 124-Ф3;

**2. 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. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т. к. она является неотъемлемой частью общей культуры. Даже великие философы – Сократ, Платон, Аристотель и другие в своих трудах отмечали уникальные возможности спортивных занятий в воспитании всесторонне развитой личности.

Основная деятельность палаточного лагеря 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.

Уникальность среды спортивно-оздоровительного лагеря дает возможность разностороннего реабилитационного воздействия и для детей с ограниченными возможностями. 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. Родители многих детей ищут спасение в медикаментах, недооценивая силу воздействия на организм и эффективность таких факторов,  как  двигательная  активность,  закаливание,  основы  массажа и др. Находясь в палаточном лагере, 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.

        Быть здоровым выгодно биологически, т. к. организм более эффективно и долговременно сохраняет свою природу. Также здоровье выгодно экономически – здоровые люди дольше сохраняют трудоспособность, они определяют экономическое развитие страны, ее обороноспособность, а также здоровье нации в целом. Здоровье выгодно эстетически – здоровый ребенок, подросток, да и взрослый человек отличается своей привлекательностью, заряжая окружающих своей положительной энергией.

        Задача педагогического коллектива ДЮСШ в воспитательном плане состоит в том, чтобы поднять значение здорового образа жизни, организовать свободное время во время летних каникул, поддержать малообеспеченные семьи.

**3.ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.**

***Цель:***Воспитание  сознательного отношения учащихся к укреплению своего здоровья, к личному уровню физической подготовки и максимальному раскрытию своих способностей в период летней оздоровительной работы.

***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. Индивидуальная работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

4. Повышение спортивного мастерства.

**4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

        Важнейшим направлением в работе лагеря 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 становиться правилом при организации детского летнего отдыха, а заодно и правилом творческого подхода к каникулам – радостному времени духовного и физического развития роста каждого ребенка.  Праздники и соревнования в лагере составлены с учетом желаний и интересов  юных воспитанников и применением новых **игровых технологий,** а также открытие и закрытие лагеря. Организована «Школа безопасности», целью и задачей, которой стало  изучение опасностей, угрожающих школьнику  и разрабатывающих способов защиты от них в любых условиях обитания человека, закрепление практических навыков и умений, находясь  в экстремальных ситуациях.

**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.

Исходя из выше сказанного, в лагеря работают по направлениям:

**Спортивно–оздоровительное направление:**

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

***Средства:***Утренняя гимнастика (зарядка); спортивные игры на стадионе, спортивной площадке  (футбол, волейбол, пионербол, лапта); подвижные игры на свежем воздухе; эстафеты; закаливающие процедуры, солнечные ванны (ежедневно);воздушные ванны (ежедневно), спортивные праздники: «Малые олимпийские игры», « День футболиста», День народных игр».

Спортивные соревнования, веселые эстафеты, дни здоровья, различные беседы о здоровом образе жизни, беседы с врачом, спортивные праздники развивают у детей  ловкость 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 присутствует дух соревнования и реализуется принцип поощрения. После  конкурсов, которые развивают не только физическое состояние детей, но и укрепляют их дух, дети получают призы.

В лагере уделяется большое место пропаганде правильного питания и формированию навыков здорового образа жизни. Проводятся беседы «Оказание первой доврачебной помощи»

**Гражданско- патриотическое направление:**

Это направление включает в себя все мероприятия, носящие патриотический, исторический и культурный характер. Мероприятия этого направления воспитывают в детях патриотизм, любовь к родному краю, чувство гордости за свою страну, за ее историю и культуру.

**Средства:**Мероприятий,  направленных на положительное отношение к общечеловеческим ценностям, нормам коллективной жизни, развитие гражданской и социальной ответственности за самого себя, общество и Отечество, уважение к государственным символам и традициям.

**Эколого- туристическое направление**

Обогащение знаниями и опытом общения с природой; овладение разнообразными формами и методами поиска знаний, практическими умениями, организаторскими способностями, расширение кругозора; приобретение необходимой  физической и моральной закалки на экскурсиях; воспитание экологической культуры.

**Средства*:*** прогулки и экскурсии на природу; экологические акции по уборке мусора.

**Досуговое направление**

Овладение навыками культуры общения; развитие лидерских качеств, творческих способностей, артистизма; приобретение  навыков взаимопонимания, взаимоподдержки в условиях детского коллектива, приобретение знаний об организаторской деятельности; максимальное раскрытие детского творческого потенциала, массовое участие детей в  развлекательных программах.

**Средства*:***торжественное открытие, закрытие смены, вечерние дискотеки

**5. ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Этапы проекта** | **Сроки** | **Задачи этапа** | **Ответственные** |
| 1. | Подготовительный | апрель 2024г | 1.Изучение литературы по данной проблематике.  2.Диагностический опрос по выявлению социальных проблем участников проекта.  3.Изучение возможностей территории по реализации целей и задач проекта.  4.Изучение статистических данных по летнему отдыху детей по Чебулинскому муниципальному округу.  5.Разработка этапов проекта.  6.Разработка перечня мероприятий, предусматривающих решение конкретных задач, взаимосвязанных и скоординированных по времени: материально – техническое, методическое, кадровое и организационное обеспечение. | Чоботова Г.А.,  Андреева О.С. |
| 2. | Основной | Май 2024  Июль 2024 | 1.Подбор и подготовка кадров для работы.  2.Разработка нормативной базы.  3.Подготовка объектов.  4.Назначение работников, инструктажи, медицинский осмотр.  5.Внедрение проекта для обеспечения работы в летний период.  Реализация проекта | Баранов М.А.  Чоботова Г.А.  Насонова Е.В.  Тренеры-преподаватели  Андреева О.С. |
| **3.** | Контрольно - оценочный | Сентябрь 2024 | Осуществить анализ эффективности проекта. Информационное освещение результатов проекта через СМИ | Баранов М.А.  Чоботова Г.А.  Андреева О.С. |

**6. ПЛАН РАБОТЫ (палаточный лагерь)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дни заезда | Мероприятия | Место проведения |
| 1день | Линейка – инструктаж об организации лагерной смены. Вечерняя тренировка. Открытие Спартакиады. Настольный теннис. | На улице. В отрядах. На спортивной площадке. |
| 2 день | Зарядка.  Утренняя тренировка.  Вечерняя тренировка.  Спартакиада (баскетбол) | Спортивная площадке, (Колосок) |
| 3 день | Зарядка.  Утренняя тренировка.  Вечерняя тренировка.  Спартакиада (волейбол) | На спортивной площадке (Колосок) |
| 4 день | Зарядка.  Утренняя тренировка.  Вечерняя тренировка.  Спартакиада (турнир по шашкам) | Столовая  (Колосок) |
| 5 день | Зарядка.  Утренняя тренировка.  Вечерняя тренировка. Спартакиада (мини-футбол) | Спортивная площадка, стадион (выезд) |
| 6 день | Зарядка.  Утренняя тренировка.  Вечерняя тренировка.  Спартакиада (легкоатлетическая эстафета) | Спортивная площадка, стадион (выезд) |
|  |  |  |

**8. ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ В ЛАГЕРЕ**

8.30 -9.00. – Подъём. Уборка спальных мест

9.00 - 9.15. – Утренняя гимнастика

9.15 - 9.30 – Водные процедуры.

9.30 - 10.00. – Завтрак

11.00 -12.30. – Первая тренировка

13.00 – 14.00 Обед.

13.30-14.30.- «Тихий час»

15.00 -16.30. - Вторая тренировка

16.30 – 17.00 Полдник

17.00 – 18.00 Запланированные мероприятия

18.00 – 19.00 Ужин

19.00 – 20.00 Запланированные мероприятия

20.00 – 22.00 Дискотека

22.00 – 22.30 «Огонёк» (Рефлексия прожитого дня)

22.30 -23.00 Вечерний туалет. Сон.

**9. План мероприятий спортивно-оздоровительной площадки**

**9.1. июнь 2024 г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Дата** |
| 1 | Баскетбол | 03.06.2024 |
| 2 | Волейбол, настольные игры | 05.06.2024 |
| 3 | Турнир по баскетболу | 07.06.2024 |
| 4 | Футбол | 10.06.2024 |
| 5 | Прием нормативов ВФСК ГТО | 12.06.2024 |
| 6 | Турнир по футболу | 14.06.2024 |
| 7 | Силовое троеборье | 17.06.2024 |
| 8 | Миниволей | 19.06.2024 |
| 9 | Турнир по миниволею | 21.06.2024 |
| 10 | Спортивные эстафеты | 24.06.2024 |
| 11 | Шахматы, мини-футбол | 26.06.2024 |
| 12 | Дартс, баскетбол | 28.06.2024 |

**9.2. июль 2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Дата** |
| 1 | Легкоатлетические эстафеты | 01.07.2024 |
| 2 | Подвижные игры | 03.07.2024 |
| 3 | Баскетбол | 05.07.2024 |
| 4 | Волейбол | 08.07.2024 |
| 5 | Бадминтон | 10.07.2024 |
| 6 | Мини-футбол | 12.07.2024 |
| 7 | Футбол | 15.07.2024 |
| 8 | Бадминтон | 17.07.2024 |
| 9 | Баскетбол | 19.07.2024 |
| 10 | Стритбол | 22.07.2024 |
| 11 | Пионербол | 24.07.2024 |
| 12 | Эстафеты | 26.07.2024 |
| 13 | Веселые старты | 29.07.2024 |

**9.3. август 2024г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Дата** |
| 1 | Футбол | 02.08.2024 |
| 2 | Подвижные игры | 05.08.2024 |
| 3 | Веселые старты | 07.08.2024 |
| 4 | Волейбол | 09.08.2024 |
| 5 | Бадминтон | 12.08.2024 |
| 6 | Мини-футбол | 14.08.2024 |
| 7 | Вышибалы | 16.08.2024 |
| 8 | Бадминтон | 19.08.2024 |
| 9 | Горячая картошка | 21.08.2024 |
| 10 | Стритбол | 23.08.2024 |
| 11 | Пионербол | 26.08.2024 |
| 12 | Эстафеты | 28.08.2024 |
| 13 | Футбол | 30.08.2024 |

**10**. **УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ СБОРЫ.**

Учебно-тренировочные сборы являются продолжением учебно-тренировочного процесса. Проводятся в июне. Время работы с 10.00 до 13.00, с 19.00 до 21.00.

**11. КАДРОВЫЙ СОСТАВ**

1. **Директор, заместитель директора по УВР, методист**, осуществляют подбор кадров, общее руководство, координируют деятельность лагеря, спортивных площадок,  комплектования групп, [взаимоотношения](http://pandia.ru/text/category/vzaimootnoshenie/) с организациями.

2. **Тренеры-преподаватели** – отвечают за соблюдение режима дня, организацию тренировочного процесса, спортивных мероприятий, работу вечерней спортивной площадки.

**12. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

Главными результатами реализации программы «Быстрее, выше, сильнее» является следующее*:*

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.