

Российская Федерация, Курганская область

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Каргапольская детско-юношеская спортивная школа  
имени К.С. Стрекаловских»**

---

641920, Курганская область  
Каргапольский район  
р.п.Каргаполье  
ул. М.Горького 29-а  
тел./ факс (8-35256) 2-14-67  
<https://kargsport.usite.pro/>  
e-mail: [karg.sport@yandex.ru](mailto:karg.sport@yandex.ru)

**Программа  
лагеря с дневным пребыванием детей  
в МБУ ДО «Каргапольская ДЮСШ им. К.С.Стрекаловских»  
*«Готовность номер один»***

р.п.Каргаполье, 2022

## Паспорт программы

1	Полное наименование организации	МБУ ДО «Каргапольская ДЮСШ им.К.С.Стрекаловских»
2	Полное название программы	Программа лагеря с дневным пребыванием детей в МБУ ДО «Каргапольская ДЮСШ им. К.С.Стрекаловских» «Готовность номер один»
3	Целевая группа	Дети и подростки 6,5 – 17 лет
4	Контактная информация: адрес (с указанием индекса), телефон, электронный адрес	641920, Курганская область, р.п. Каргаполье, ул. М.Горбкого, д.29 А 8(35256)21467 E-mail: <a href="mailto:karg.sport@yandex.ru">karg.sport@yandex.ru</a>
5	Цель и задачи программы	Цель: создание комплекса мер, направленных на развитие активного отдыха и оздоровления детей, создание благоприятных условий для укрепления физического и психического здоровья, информационно-познавательной деятельности и творческого саморазвития. Задачи: 1. Создать условия для оздоровления и организованного отдыха детей; 2. подготовить детей к сдаче норм ГТО; 3. способствовать созданию положительного имиджа спортсменов, обладателей знаков отличия ГТО; 4. способствовать вовлечению в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере; 5. способствовать формированию гражданской позиции, чувства патриотизма, социально- значимой целеустремленности, ответственности.
6	Направленность программы	физкультурно-спортивная
7	Краткое содержание программы	Программа реализуется по трем направлениям: – ГТО – готов к труду и обороне (спортивные мероприятия: выполнение нормативов ГТО, игровые виды спорта); – ГТО – готов тренироваться и образовываться (творческие, интеллектуальные и оздоровительные мероприятия); – ГТО – горжусь тобой, Отечество (краеведческие и патриотические мероприятия).

8	Ожидаемый результат	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Организация полноценного отдыха и оздоровления подростков в условиях летнего оздоровительного лагеря спортивной направленности.</li><li>2. Формирование у детей понятий о системе прохождения и сдачи ГТО.</li><li>3. Создание положительного имиджа спортсменов, обладателей значков ГТО.</li><li>4. Укрепление здоровья детей, формирование ценностного отношения к своему здоровью.</li><li>5. Приобретение необходимых знаний и навыков, способствующих обогащению личного опыта, реализации и развитию самостоятельности подростков.</li><li>6. Транслирование опыта по реализации комплекса ГТО общественности.</li></ol>
---	---------------------	--

## Пояснительная записка

Популяризация массовой физической культуры и здорового образа жизни является сегодня наиболее актуальной. Воспитание здоровой и физически развитой личности является одной из приоритетных задач нашего государства. Для её решения необходимо обеспечить круглогодичное включение детей и подростков в спортивно-оздоровительную деятельность, в практику формирования здорового образа жизни. Лагерь, являясь неотъемлемой частью воспитательной системы, обладает большим потенциалом для организации регулярных физкультурных мероприятий различного уровня, для продвижения ценностей здорового образа жизни среди детей. Поэтому в МБУ ДО «Каргапольская ДЮСШ им. К.С.Стрекаловских» разработана программа *физкультурно-спортивной направленности*, направленная на улучшение физических показателей каждого отдыхающего ребёнка в течение смены.

В основе программы лежит подготовка к сдаче норм ГТО, которые с каждым годом набирают все большую популярность. Стремление к выполнению норм ГТО должно стать хорошей мотивацией для участия в различных видах спортивной деятельности, систематических физических занятиях, мероприятиях, направленных на продвижение здорового образа жизни. Кроме того, физическое воспитание детей и подростков на основе норм ГТО можно рассматривать и как эффективное средство формирования активной гражданской позиции и патриотического отношения к Родине.

Организация учебно-тренировочных занятий в условиях лагеря с дневным пребыванием является непосредственным продолжением тренировочного процесса по видам спорта. Качественно организованная работа лагеря способствует оздоровлению обучающихся, развитию физических качеств, повышению спортивной квалификации спортсменов, популяризации здорового образа жизни и активного отдыха, подготовке детей к новому учебному году, что, безусловно, является одним из важнейших факторов создания предпосылок для высоких спортивных достижений обучающихся ДЮСШ в течение всего будущего года.

**Актуальность программы** «Готовность номер один» обусловлена тем, что ее реализация является одним из возможных путей, имеющихся в работе с подрастающим поколением, которые чётко обозначены в Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, в том числе воспитания культуры здоровья, популяризации физической культуры и спорта, концепции ВФСК «ГТО».

**Новизна программы** – формирование комфортной образовательной среды, которая воспитывает у детей и подростков культуру здорового и безопасного образа жизни на всех возрастных этапах. Занятие спортом в условиях лагеря, благодаря

индивидуальному подходу и особенностям каждого ребенка позволяют ему ощутить себя в динамике непрерывного физического развития, отражающейся в его спортивных показателях и достижениях, способствующих сдаче норм ГТО. Подготовка к сдаче норм ГТО должна носить системный характер. В сотрудничестве школы, организаций дополнительного образования, педагогов и родителей – залог успеха освоения ФСК «ГТО».

**Отличительной особенностью данной программы** является подготовка к сдаче норм ГТО в условиях лагеря в разновозрастном коллективе в ограниченные сроки.

Программа адресована детям в возрасте от 6,5 до 17 лет, имеющим начальную физическую подготовку (учащиеся ДЮСШ).

#### **Сроки реализации программы.**

Программа реализуется с марта по август 2022 года в 4 этапа:

- 1 этап (организационный) – «Проектирование»
- 2 этап – «Подготовительный»
- 3 этап (основной) – «Деятельностный»
- 4 этап – «Итоговый»

**Основной целью данной Программы** является создание комплекса мер, направленных на развитие активного отдыха и оздоровления детей, создание благоприятных условий для укрепления физического и психического здоровья, информационно-познавательной деятельности и творческого саморазвития.

Данная цель ориентирована на приобретение детьми и подростками различных видов компетентностей (здоровьесбережения, гражданственности, самосовершенствования, коммуникативности), направленных на решение ряда жизненных проблем:

- преодоление неуверенности в себе;
- расширение понимания собственных возможностей;
- формирование ценностных ориентаций;
- получение практических навыков.

Цель, отвечающая потребностям общества, позволяет сформулировать следующие **задачи**:

1. Создать условия для оздоровления и организованного отдыха детей.
2. Подготовить детей к сдаче норм ГТО.
3. Способствовать созданию положительного имиджа спортсменов, обладателей знаков отличия ГТО.

4. Способствовать вовлечению в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей, отдыхающих в лагере;

5. Способствовать формированию гражданской позиции, чувств патриотизма, социально-значимой целеустремленности, ответственности.

#### **Ожидаемые результаты программы,**

1. Организация полноценного отдыха и оздоровления подростков в условиях оздоровительного лагеря спортивной направленности.

2. Формирование у детей понятий о системе прохождения и сдачи ГТО.

3. Создание положительного имиджа спортсменов, обладателей знаков отличия ГТО.

4. Укрепление здоровья детей, формирование ценностного отношения к своему здоровью.

5. Приобретение необходимых знаний и навыков, способствующих обогащению личного опыта, реализации и развитию самостоятельности подростков.

6. Транслирование опыта по реализации комплекса ГТО общественности.

#### **В результате реализации Программы лагеря участники должны:**

– овладеть базовыми знаниями ВФСК «ГТО»;

– повысить уровень своего физического развития через учебно-тренировочные занятия, спортивные мероприятия, соревнования по видам спорта и выполнение нормативов ГТО;

– сформировать навыки детского самоуправления, коммуникативные умения и навыки, качества социально-активной личности, гражданина - патриота, морально-психологическую устойчивость в нестандартных ситуациях;

– самостоятельно совершенствовать свою физическую форму в соответствии с особенностями двигательного режима.

**Методическое проектирование** и повседневная практика педагогического коллектива опирается на признанные достижения современной отечественной педагогики. В основе подхода лежит методика коллективной творческой деятельности И.П. Иванова, в свою очередь, развивающая идеи А.С. Макаренко о социальной обусловленности воспитанности. Научно-практические основы методики коллективно-творческой деятельности и ее технологии описаны И.П. Ивановым, М.Г. Казакиной, А.Н. Лутошкиным, А.Г. Кирпичником, В.П. Бедерхановой, В.А. Караковским, О.С. Газманом, и другими, раскрывая суть этой методики, практически все ее разработчики, выделяют четыре важнейших компонента: коллективная деятельность по улучшению окружающей жизни, всестороннее проявление творчества, коллективная организация и

особая позиция педагога. Концепция программы помогает решить многие задачи, связанные с организацией летнего отдыха детей и подростков, разрешение которых возможно только путем реализации следующих ведущих идей:

- идею реализации и развития самостоятельности; ответственность за самостоятельный выбор поступков;
- идею обогащения личностного опыта детей;
- радость спортивных достижений каждого.

Учитывая собственный опыт работы, а также опыт коллег в сфере организации отдыха и оздоровления детей, при разработке данной программы используются следующие принципы:

- принцип соответствия типа сотрудничества психологическим возрастным особенностям детей типу ведущей деятельности. Исходной формой освоения любой информации воспитательного характера в лагере является сотрудничество детей и тренеров – преподавателей, которое позволяет сделать ребенка добросовестным и заинтересованным соратником, единомышленником тренера – преподавателя в своем же развитии, равноправным участником педагогического пространства;

- принцип гармонического развития воспитательного пространства лагеря как условие высокого уровня ее целостности. Целостность воспитательного пространства школы отнюдь не сумма отдельных образовательных и воспитательных мероприятий и даже их систем. Высокий уровень целостности может быть сформирован лишь при условии, если воспитательный процесс вберет в себя ребенка с его действительной жизнью. Основа целостности воспитательного процесса есть развивающаяся в многообразных формах жизнь детей;

- принцип творчества и успеха. Достижение успеха в том или ином виде деятельности стимулирует стремление личности, направленные на самосовершенствование и самореализацию;

- принцип активности предполагает вовлеченность детей в специально разработанные различные виды индивидуальной и коллективной деятельности;

- принцип оптимального выбора методов, форм и средств, направленных на развитие творческой и нравственной личности.

**Смысл названия программы «Готовность номер один»** состоит в обозначении приоритетного направления деятельности лагеря – подготовка к сдаче нормативов ФСК «ГТО».

## Содержание программы

Смена рассчитана на 21 день и состоит из трех направлений. Каждое направление по содержанию отвечает концепции смены лагеря и имеет свою цель и задачи.

– **1 направление** – *«ГТО – готов к труду и обороне»* (спортивные мероприятия: выполнение нормативов ГТО, игровые виды спорта);

Цель: повысить уровень физической подготовки детей, подготовить к выполнению нормативов ГТО.

Содержание: проведение систематической спортивной работы.

**2 направление** – *«ГТО – готов тренироваться и образовываться!»* (творческие, интеллектуальные и оздоровительные мероприятия).

Цель: способствовать повышению интеллектуального уровня детей, их творческого потенциала.

Содержание: проведение творчески и интеллектуально-познавательных мероприятий.

**3 направление** – *«ГТО – горжусь тобой, Отечество!»* (краеведческие и патриотические мероприятия).

Цель: формирование активной гражданской позиции, воспитание патриотизма, гуманизма и толерантности.

Содержание: знакомство с историей Каргапольского района, ознакомление с историей развития культивируемых в ДЮСШ видов спорта, с историей жизни и спортивными достижениями ведущих спортсменов, тренеров школы.

**Система спортивных мероприятий** является комплексным компонентом программы смены, выступая как вспомогательный и самостоятельный элемент смены. Весь комплекс реализуется в направлении пропаганды здорового образа жизни. Служит для развития физических способностей обучающихся, повышения уровня их подготовленности в основных видах спорта. Программа спортивных мероприятий реализуется в течение всей смены. В течение всей смены предусмотрено тестирование физического состояния воспитанников.

## План реализации программы

Алгоритм программы "Готовность номер один" состоит из четырех этапов.

**1 этап** – *«Проектирование»*.

Обсуждение идеи организационного оформления содержательного проекта для предполагаемой деятельности педагогической команды.



Разработка идеи деятельности в лагере педагогической командой.

Выработка логики развития социально-значимой деятельности по реализации выдвинутых идей.

Разработка содержания деятельности на каждом этапе развития лагерной смены, связанного с позитивными и личностными изменениями участников.

### ***2 этап «Подготовительный»***

Разработка механизма запуска программы деятельности лагеря для детей и подростков.

Определение предполагаемого результата программы деятельности лагеря для участников.

### ***3 этап – «Деятельностный»***

Деятельность педагогического коллектива:

- проведение познавательных, развлекательных, спортивно-массовых мероприятий;
- презентация результатов деятельности лагеря: представление отрядов;
- принятие правил работы в команде в каждом тематическом направлении программы.

### ***4 этап – «Итоговый»***

- определение результативности проведения смены согласно критериям и показателям;
- анализ предложений по дальнейшему развитию;
- составление итоговой документации;
- коррекция подпрограмм, разработка рекомендаций для тренеров – преподавателей;
- определение перспективных задач.

## План – сетка смены

<b>1 день</b> Открытие лагеря. Формирование отрядов. Проведение инструктажей.	<b>2 день</b> «Примеряем знак ГТО» (выполнение нормативов ГТО)	<b>3 день</b> Мастер-класс «Разминка – как фундамент здоровья» Встреча с работником МЧС: лекция, проведение инструктажей
<b>4 день</b> Квест-игра «Знатоки ГТО» (спортивно-интеллектуальная игра)	<b>5 день</b> Поход в кинотеатр Игры на свежем воздухе: русские народные игры	<b>6 день</b> Спортивное развлечение («Веселые старты»), посвященное Дню России «Россия – спортивная страна»
<b>7 день</b> «Примеряем знак ГТО» (выполнение нормативов ГТО)	<b>8 день</b> Спортивный марафон: футбол, волейбол, баскетбол Поход в МЧС	<b>9 день</b> Встреча с ветеранами спорта Каргапольского района (Юркин А.П., Кузьмин М.Ф.)
<b>10 день</b> Поход в кинотеатр Встреча со спортсменом Каргапольского района, обладателя золотых знаков ГТО	<b>11 день</b> Интеллектуальная игра «Наследники Победы»	<b>12 день</b> «Примеряем знак ГТО» (выполнение нормативов ГТО)
<b>13 день</b> Поход в краеведческий музей Спортивная игра «Гонка лидеров»	<b>14 день</b> Спортивный аттракцион «Стратегия успеха – ГТО»	<b>15 день</b> Малые олимпийские игры. (соревнования по отделениям: греко-римская борьба, легкая атлетика)

## Методическое обеспечение

- сборник нормативов ГТО,
- видеоролики,
- компьютерные презентации,
- методические разработки: минутки здоровья, спортивные турниры, игровые программы, квесты.
- тематические подборки,
- тесты

## Кадровое обеспечение

**Укомплектованность педагогическими кадрами, помощниками организаторов:**

1. Начальник лагеря – 1 человек
2. Тренер - преподаватель – 2 человека

## Материально – техническая база

- спорткомплекс;
- легкоатлетический манеж;
- стадион;
- спортивные площадки.

### **Обеспечение безопасности**

Обеспечение безопасности в лагере осуществляется в трех направлениях:

1. **Обеспечение противопожарной безопасности:** разработана инструкция о мерах пожарной безопасности работников и детей, лагерь снабжен первичными средствами пожаротушения (огнетушители), противопожарной автоматической системой.

2. **Обеспечение антитеррористической защищенности:** разработан паспорт безопасности лагеря; в лагере функционирует контрольно-пропускной режим (вахтер), на стенде размещен список с номерами телефонов экстренных служб, должностных лиц.

3. **Обеспечения безопасности здоровья:** Обеспечение медицинского обслуживания: ведется журналы (термометрия, антропометрия, осмотр детей на клещи), в наличии медицинские книжки и допуск к работе в лагере у всех работников, контроль за качеством пищи и состояния пищеблока ежедневно осуществляет начальник лагеря.

### **Список используемой литературы**

1. Конвенция ООН «О правах ребенка»
2. Конституция РФ
3. Семейный кодекс
4. Гражданский кодекс
5. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан РФ» от 21.11.2011 № 323 – ФЗ.
6. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
7. Национальная доктрина образования Российской Федерации до 2021 года.
8. Методические рекомендации по совершенствованию воспитательной и образовательной работы в детских оздоровительных лагерях, по организации досуга детей (Письмо Минобрнауки России от 14.04.2011 г. № МД-463/06).
9. САНПиН
10. Рекомендации по порядку проведения смен в учреждениях отдыха и оздоровления детей и подростков (Письмо Департамента воспитания и социализации

детей Минобрнауки России от 31 марта 2011 года № 06-614).

11. Воспитательный процесс: изучение эффективности. Методические рекомендации /Под ред. Е. Н. Степанова.- М.: ТЦ «Сфера», 2001.

12. Нормативно – правовая документация, регламентирующая деятельность лагеря.

И.о.директора

МБУ ДО «Каргапольская ДЮСШ им.К.С.Стрекаловских»

В.В.Показаньев



