

Пояснительная записка

Рабочая программа физкультурно-спортивного кружка «Олимпионик» в школьном лагере с дневным пребыванием детей МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 9» составлена на основании программы общеобразовательных учреждений «Комплексная программа физического воспитания обучающихся 1-11 классов»

Деятельность физкультурно-спортивного кружка направлена на расширение и закрепление двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, формирование потребности в систематических занятиях физкультурой.

В основе игротеки лагеря присутствуют подвижные игры, эстафеты с элементами спортивных игр и других видов спорта.

Главная идея программы: научить детей быть здоровыми, физически крепкими.

Новизна программы

Целесообразность программы раскрывается во всех аспектах образовательного процесса – воспитании, обучении, развитии. Новизна программы прослеживается в широком приобщении детей к разнообразному социальному опыту, созданию в кружке стиля отношений сотрудничества, содружества, сотворчества.

Направление программы

Основное назначение программы - комплексное восстановление здоровья ребенка для обеспечения его жизнедеятельности, повышение его адаптационных возможностей. На занятиях в кружке главное - ребенок в деле, его поступки, его отношение к делу, к друзьям по отряду, к взрослым людям.

Адресат программы

Основной состав лагеря: обучающиеся общеобразовательного учреждения в возрасте 7 –10 лет.

Цель и задачи программы

Цель: Создание условий для активного отдыха и оздоровление обучающихся в МАОУ «Школа № 9».

Задачи:

1. Повышение уровня физической подготовленности и здоровья детей.
2. Вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом всех детей.
3. Формирование у школьников навыков общения и толерантности.
4. Воспитание в сознании школьников нравственных и культурных ценностей.
5. Привитие навыков здорового образа жизни посредством соблюдения оптимального двигательного режима и питания.

Ожидаемые результаты

1. Общее оздоровление обучающихся, укрепление их здоровья.
2. Повышение физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, повышение уровня физических и творческих способностей.
3. Обучение участников смены умениям и навыкам индивидуальной, коллективной, спортивной, творческой и трудовой деятельности.
4. Развитие коммуникативных способностей и толерантности.
5. Повышение творческой активности детей путем вовлечения их в социально-значимую деятельность.
7. Расширение кругозора детей.

Принципы реализации программы

- Безусловная безопасность всех мероприятий;
- Учет особенностей каждой личности;
- Возможность проявления способностей во всех областях досуговой и творческой деятельности всеми участниками;
- Достаточное количество оборудования и материалов для организации деятельности кружка;

- Оптимальное распределение эмоциональной и физической нагрузки в течение занятия;
- Моделирование и создание ситуации успеха при общении разных категорий детей и взрослых.

Педагогические методы

- метод доброжелательной обстановки;
- метод эмоционального заражения привлекательной деятельностью;
- метод поощрения;
- метод индивидуализации способов участия ребенка в деятельности.

Формы организации деятельности детей

1. Утренняя зарядка;
2. Физкультурно-оздоровительные занятия в спортзале или стадионе;
3. Физкультурно-спортивные мероприятия.

Условия реализации программы

Реализация программы возможна с помощью обеспечения:

- чёткого представления целей и постановки задач;
- конкретного планирования деятельности;
- кадрового обеспечения программы;
- методического обеспечения программы;
- педагогических условий;
- материально - технического обеспечения.

Информационно-методическое обеспечение

Ресурсное обеспечение программы

- спортивный зал;
- спортивный инвентарь;

Список литературы

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Две недели в лагере здоровья, М.ОЛМА,2009
2. Григоренко Ю.Н., Кострцова У.Ю. Кипарис. Коллективно-творческие дела, игры, праздники, аттракционы, развлечения, индивидуальная работа. М.: Педагогическое общество России, 2001.
3. Григоренко Ю.Н., Кострцова У.Ю. Кипарис-2. Учебное пособие по организации детского досуга в детских оздоровительных лагерях и школе. М.: Педагогическое общество России, 2002.
4. Торгашов В.Н. В эфире новости: Праздники. Конкурсы. Забавы. Викторины. Путешествия. Советы. Игры. М.: Педагогическое общество России, 2001.
5. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. - М., 1993. -111с.
6. Шмаков С.А. Каникулы: Прикладная энциклопедия: учителю, воспитателю, вожатому. - М., 1994. - 160 с.
15. Загородный летний лагерь. /Сост. С.И. Лобачёва, В.А. Великородная – М.: ВАКО, 2006

Тематический план физкультурно- спортивного кружка

на 1 смену (июнь 2026года)

01.06.26	02.06.26			
<p>День знакомства.</p> <p><i>Т.Б на занятиях кружка;</i></p> <p><i>Утренняя зарядка;</i></p> <p><i>Подвижные игры</i></p>	<p>День.....</p> <p><i>Утренняя зарядка;</i></p> <p><i>«Весёлые старты» с элементами лёгкой атлетики</i></p>	<p>День.....</p> <p><i>Утренняя зарядка</i></p> <p><i>Встречная эстафета</i></p>	<p>День бегуна</p> <p>Утренняя зарядка</p> <p><i>Соревнования по бегу.</i></p>	<p>День России</p> <p>Утренняя зарядка</p> <p>Спортивный праздник, посвященный Дню России</p>
<p>День преодоления препятствий</p>	<p>День силача</p> <p>Утренняя зарядка</p>	<p>День.....</p> <p>Утренняя зарядка</p>	<p>День соревнований</p> <p>Утренняя зарядка</p>	<p>День подвижных игр</p>

Утренняя зарядка <i>Прохождение полосы препятствий</i>	<i>Соревнования по подтягиванию на перекладине</i>	<i>Игры народов России</i>	<i>Общелагерная спартакиада Челночный бег 3х10м, Прыжки в длину с места</i>	Утренняя зарядка <i>Подвижные игры: «Ловишки с лентами», «Космонавты»</i>
День эстафет Утренняя зарядка <i>Легкоатлетическая эстафета</i>	День памяти и скорби. Утренняя зарядка <i>Общелагерная спартакиада Метание на дальность</i>	День Утренняя зарядка <i>Соревнования по вышибалам</i>	День отличного настроения Утренняя зарядка Игры по выбору детей	День закрытия. Утренняя зарядка Игры на свежем воздухе До свидания, лагерь!

Положение о проведении общелагерной спартакиады.

1. Цели и задачи:

- 1) Массовые соревнования проводятся с целью популяризации физической культуры и спорта, привлечение детей к регулярным соревнованиям с целью развития жизненно важных физических качеств.
- 2) Выявление лучших спортсменов лагеря по видам спорта в разных возрастных группах.
- 3) Определение лучшего отряда по спорту в возрастных группах: 7–8; 9–10; 11–12 лет.

2. Место и время проведения:

Лагерная спартакиада проводится в июне 2026 года на открытой спортивной площадке и в спортивном зале.

3.Руководство спартакиадой:

Общее руководство спартакиадой осуществляется начальником лагеря и зам. начальника лагеря. Проведение соревнований возлагается на учителей по физической культуре.

4. Участники соревнований:

К участию в общелагерной спартакиаде допускаются юные спортсмены с 7 до 14 лет с разрешения лагерного врача. Дети подготовительной медицинской группы в соответствии с диагнозом допускаются к участию в некоторых видах соревнований.

5. Программа спартакиады:

- 1) бег 30 метров;
- 2) челночный бег 3x10 м;
- 3) метание мяча на дальность;
- 4) подтягивание из вися (мальчики), из вися лёжа (девочки);
- 5) прыжок в длину с места;
- 6) поднятие туловища за 30 секунд

6. Определение победителей:

В личном первенстве – по лучшему результату в каждой возрастной группе.

7. Награждение победителей :

В личном первенстве – грамотами за 1 – 3 место в каждой возрастной группе.

8. Заявки.

Заявки на все виды программы спартакиады подаются отрядными воспитателями в судейскую коллегию за 2 дня до начала соревнований.