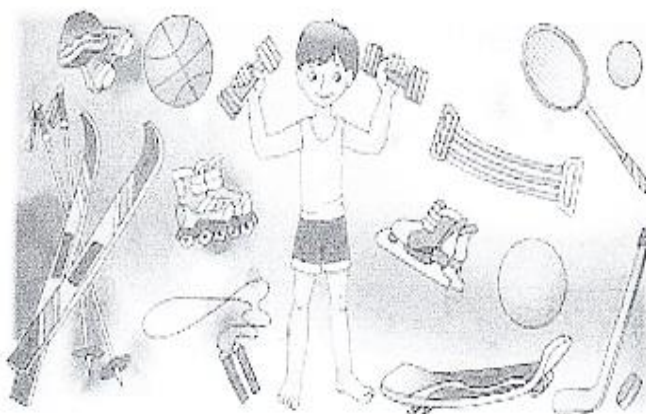


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа п.Солони
Судукского сельского поселения
Верхнебурейнского муниципального района
Хабаровского края



ПРОГРАММА
деятельности смены
спортивного объединения
«Спорт важен, не спорьте»



2022 год

Пояснительная записка

Актуальность. В основе данной программы лежат представления о здоровом ребёнке, который является практически достижимой нормой детского развития и рассматривается в качестве целостного телесно – духовного организма. Программа кружка «Спорт важен, не спорьте»" решает одну из самых актуальнейших задач современного образования – формирование здорового образа жизни школьников. Предлагаемый курс занятий направлен на формирование у ребёнка ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков учащихся по физической культуре. Новизна представленной программы заключается в том, что она объединила в себе теоретические сведения из области анатомии, физиологии, гигиены, валеологии, психологии и ОБЖ. Программа может быть адаптирована для работы с детьми, имеющими ОВЗ.

Основопологающие приоритеты данной программы:

1. Здоровый ребёнок – практически достижимая норма детского развития;
2. Оздоровление – не совокупность лечебно - профилактических мер, а форма развития психофизиологических возможностей детей.

Цель программы:

1. Становление ценностного отношения у учащихся начальной школы к здоровью и здоровому образу жизни,
2. Учиться быть здоровым и телом и душой, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы.

Задачи:

1. Научить сознательно относиться к своему здоровью; добиться выполнения элементарных правил здоровьесбережения.
2. Сформировать основы гигиенических навыков.
3. Через практические задания в доступной форме познакомить с функциями органов.
4. Познакомить с правилами поведения в обществе, с культурой поведения в общественных местах.
5. Вырабатывать отрицательное отношение к вредным привычкам.

Цели и задачи достигаются через средства и методы обучения:

Рассказ, беседа, иллюстрация, игры, информационно-коммуникативные технологии, групповая работа, практическая работа, индивидуальный подход к ребёнку.

Занятия проходят в спортивном зале или на открытых спортивных площадках, продолжительность одного занятия 60 минут.

Формы проведения занятий

- спортивные и подвижные игры
- викторины
- спортивные соревнования
- легкоатлетическое многоборье
- спартакиада

Планируемые результаты освоения обучающимися программы

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Выполнение программы кружка предусматривает достижение следующих результатов:

- **личностные результаты** — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- **метапредметные результаты** — освоение обучающимися универсальных учебных действий (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- **предметные результаты** — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы кружка «Спорт важен, не спорьте» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать** под руководством педагога самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Оздоровительные результаты программы

Осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

В результате реализации программы кружка " Спорт важен, не спорьте " развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Ожидаемый результат

В результате реализации программы кружка " Спорт важен, не спорьте" на занятиях учащиеся должны:

Характеризовать

- значение упражнений ОФП в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий в спортивном зале;
- названия разучиваемых упражнений;
- правила выполнения закаливающих процедур;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами лёгкой атлетики, баскетбола, волейбола, футбола и др. спортивных игр.

Уметь

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях ;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) во время занятий;
- выполнять обязанности судьи в подвижных и спортивных играх.

План работы

Цель:развивать интеллектуальные способности, личная гигиена и здоровье, вредные привычки и их профилактика, работа в команде.

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Кол-во часов
1	Флешмоб «Мы за здоровый образ жизни»	
2	«Убедишься ты однажды- в спорте побеждает каждый» - спортивная игра	1
3	«Вокруг света» - танцевальный марафон	1
4	Акция «Осторожно, вредные привычки»	1
5	Спортивно-развлекательная игра «Форд Боярд»	1
6	День Здоровья	1
7	Спортивно-развлекательная игра «Охота на мамонтов»	1
8	День Спорта	1
9	День Туризма	1
10	День народных игр	1
11	День олимпийских рекордов	1
12	День Бегуна	1
13	День спортивных талантов	1
14	Школа Безопасности	1
15	«Зелёная аптека»	1
16	«В гостях у Айболита»	1
17	Конкурс рисунков и плакатов «Мы за здоровый образ жизни»	1
18	Спортивные и подвижные игры	1

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ СМЕНЫ

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 становится 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**: **«Форт-бойрд», «Следствие ведут знатоки», «Рыцарский турнир», «Мисс грация», «Водный переполох», «Поиски клада»,** 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.

Мероприятия в **«Школе безопасности»**:

- **«День Айболита»**, где дети учатся оказывать первую медицинскую помощь и применяют на практике дыхательные упражнения, упражнения для улучшения осанки, профилактики плоскостопия и близорукости, самостоятельно учатся выполнять антропометрические измерения.
- **«Школа юного туриста»**, на занятиях в которой дети учатся ориентироваться на местности, ставить палатку, разбивать бивак и вязать первые туристические узлы.
- **«Приемы самообороны»**, где дети узнают от опытных тренеров отделения единоборств первые приемы самозащиты.
- **«На улицах большого города»**, проводятся занятия по правилам дорожного движения, и соревнования с использованием знаков дорожного движения.

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, лагерь работает 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, теннис, пионербол, бадминтон); подвижные игры на свежем воздухе; эстафеты; закаливающие процедуры, спортивные праздники: **«Малые олимпийские игры»**, **«Юмор в спорте важен, не спорте»**, **«День Нептуна»** **« День футболиста»**, **« День теннисиста»**, **День народных игр»; «В гостях у Айболита».** 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. С этой целью продолжает реализовываться программа **«Школа безопасности»**, тесно сотрудничаем с врачом. Проводятся беседы **«Оказание первой доврачебной помощи»**, **«Профилактика плоскостопия и нарушений осанки»**. Ежедневно ведется **«Журнал здоровья»**.